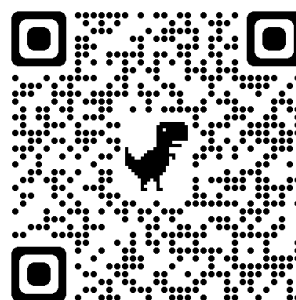


IITIN KANSALAIISOPISTO



Ilmoittaudu Internetissä tai oheisella
QR-koodilla
<https://uusi.opistopalvelut.fi/iitti>



OPETUSOHJELMA syksy 2025

Julkaisu 15.8.2025

<https://uusi.opistopalvelut.fi/iitti/>

KURSSEILLE ILMOITTAUTUMINEN	2
KURSSIN PERUMINEN	2
KURSSIMAKSUT	3
MUUT MAKSUT	3
Kansalaisopiston yhteystiedot.....	4
SYKSYN 2025 KURSSIT	5
KÄSITYÖ JA TAIDEAINEET	5
Lasten ja nuorten kurssit	5
Keramiikka	5
Kansallispukujen valmistaminen, ompelukurssit	6
RAVINTO JA RAVITSEMUS	7
Ruuvalmistus	7
KUVATAITEET, PIIRUSTUS JA MAALAUUS	9
TIFFANY- JA LASITYÖT	9
MUUT KÄDENTÄIDOT	10
Puutyöt, entisöinti ja puukkokurssit.....	10
LIIKUNTA.....	11
NUORTEN JA LASTEN LIIKUNTARYHMÄT.....	11
AIKUISTEN LIIKUNTARYHMÄT	11
Asahi, jooga ja pilates	11
Jumpat ja ulkoliikunta.....	12
Kahvakuula, kehonhuolto, kuntosaliharjoittelu ja hyvinvointi.....	13
TANSSILIIKUNTA	14
Lasten tanssikurssit.....	14
Aikuisten tanssikurssit	15
MUSIIKKI	15
Lasten kurssit	15
Laulunopetus ja kuorot.....	17
Soitonopetus ja bänditoiminta	18
TIETOTEKNIikka	19
MUU OPETUS: ESPANJA	20
YLEISÖLUENNOT JA TAPAHTUMAT	20

KURSSEILLE ILMOITTAUTUMINEN

Ilmoittautuminen syksyn kurseille alkaa tiistaina 1.8.2025 klo 10.00. Ilmoittautuminen kevään kurseille alkaa maanantaina 1.12.2025 klo 10.00. **Huomaa, että syksyn ja kevään kurseille tulee ilmoittautua erikseen, eli jos haluat jatkaa kurssilla myös keväällä, sinun tulee ilmoittautua kevätkaudelle.**

Ensisijaisesti: ilmoittautuminen sähköisesti osoitteessa <https://opistopalvelut.fi/iitti> (löytyy kirjoittamalla Google-hakuun "opistopalvelut iitti"). Kunnan nettisivujen (iitti.fi) etusivulla on linkki ilmoittautumisiin. Reaaliaikainen tilanne kurssien alkamisajoista löytyy netistä, sillä kursseissa tapahtuu muutoksia opistosta riippumattomista syistä.

Muut vaihtoehdot: ilmoittautuminen litti-pisteellä litin kirjastolla tai puhelimitse 040 554 6502.

Opiskelija on vakuutettu tapaturman varalle oppituntien aikana. Vakuutuksenottaja on litin kunta. Vakuutusturvan voimassaolon vuoksi on tärkeää, että kokeilemaan tulevat ovat kurssille ilmoittautuneita. **Oppitunneille ei siis saa osallistua ilman ilmoittautumista.** Opettajat eivät vastaanota ilmoittautumisia, vaan kurssille osallistuvan/sitä kokeilevan on itse huolehdittava ilmoittautumisesta netissä, kansalaisopiston toimistossa tai kirjastolla.

KURSSIN PERUMINEN

Kurseille ilmoittautuminen on sitova eli sitoudut maksamaan kurssimaksun. Kurseilla ei ole ilmaisia kokeilukertoja.

Kurssipaikan voi perua maksutta viimeistään seitsemän (7) päivää ennen kurssin alkamista puhelimitse, sähköpostilla tai tekstiviestillä kansalaisopiston rehtorille.

Jos peruminen tapahtuu 1–6 päivää ennen kurssin alkua, veloitamme 10 euron käsittelymaksun. Tämän jälkeen opiskelija maksaa kurssimaksun kokonaan (myös silloin, kun hän jättää tulematta kurssille tai keskeyttää sen).

Kurssin maksamatta jättäminen tai se, ettei saavu kurssille, ei ole peruminen. Maksuton peruminen on mahdollista, jos kurssin paikka tai aika muuttuu oleellisesti.

Mahdollisesta yksilöopetuksen opetuskerran perumisesta opiskelijan on ilmoitettava 24 h ennen opetuksen alkua suoraan opettajalle.

Kurssilla tulee olla minimimäärä opiskelijoita viimeistään seitsemän (7) päivää ennen kurssin alkua. Minimio opiskelijaraja on 7 opiskelijaa, jotta ryhmä toteutuu.

Opisto ei vastaa opistosta riippumattomista syistä (esim. sali tai muut tilat tai force majeure -tilanteet) johtuvista peruuntumisista.

Opistosta johtuvista syistä koko lukukauden kestävä kurssin opetuskerroista kymmenesosa (10 %) voidaan perua korvaamatta niitä opiskelijoille, koskee myös yksilöopetusta ja kesäkurseja. Käytännössä tämä tarkoittaa kerran viikossa pidettävissä kurseissa yhtä kokoontumiskertaa lukukaudessa.

Jos peruttuja opetuskertoja on enemmän kuin kymmenesosa, puuttuvat kerrat pyritään pitämään välittömästi opetuskauden jälkeen. Korvauskerta voidaan järjestää myös normaalista poikkeavana aikana tai muualla kuin vakituksessa paikassa.

Mikäli opiskelija joutuu perumaan osallistumisensa kurssin alkuvaiheessa terveydellisistä syistä (edellyttää lääkärintodistusta), kurssista veloitetaan ennen perumista pidetyt kerrat. Mikäli kurssin tuntimäärästä on pidetty jo yli puolet, kurssimaksu veloitetaan kokonaan.

Opistolla on oikeus keskeyttää alkanut kurssi tilanteessa, jossa kurssilla kävijöiden määrä on pysyvästi vähentynyt niin merkittävästi, ettei toiminnan jatkaminen ole järkevää. Korvauskäytännöistä sovitaan rehtorin kanssa.

KURSSIMAKSUT

Maksaminen

Kurssit laskutetaan kurssin alkamisen jälkeen. Kurssin voi käydä maksamassa kirjastolla (käteinen, pankkikortti, Tyky- tai Smartum-setelit). Lisäksi kurssimaksun voi suorittaa ilmoittautumisvaiheessa ePassilla, Eazybreak-, Edenred- tai SmartumPay-mobiilisovelluksella. Jos käytät maksamiseen mobiilisovellusta, muista kirjoittaa maksun viestiin kurssin numero ja nimi. Maksaesasi mobiilisovelluksilla, muista ilmoittaa siitä opiston toimistolle esimerkiksi lähettämällä kuvaruutukaappaus maksutapahtumasta. Laskunhallintajärjestelmämme ei keskustele mobiilisovellusjärjestelmien kanssa. Näin vältetään asiakkaalle aiheettomasti lähtevät laskut ja ylimääräinen työ.

Alennukset

Työttömät saavat -50 %:n alennuksen kurssimaksusta. Alennuksen saamiseksi tulee toimistoon toimittaa kurssin alkaessa todistus työnhaun voimassaolosta esim. sähköisesti (esim. kännykällä otettu kuva työnhausta).

Opintoseteliä (arvo 10 €) voi anoa opiskelija, joka on maahanmuuttaja, alhaisen pohjakoulutuksen omaava, oppimisvaikeuksia kokeva, senioriväestöön kuuluva tai eläkkeellä oleva. Opintoseteli on Opetusministeriön myöntämä valtionavustus. **Edun voi saada yhteen kurssiin/lukuvuosi.**

Toisen setelin voi saada kevätlukukaudelle vain sillä edellytyksellä, että jokainen ensisijainen hakija on ehtinyt saada setelin ja seteleitä on silti yhä jäljellä.

Muista hakea alennusta jo ilmoittautumisvaiheessa jo ilmoittautumislomakkeella. Alennuksia ei myönnetä jälkikäteen.

MUUT MAKSUT

Opiskelijat hankkivat itse opiskelussa tarvittavat henkilökohtaiset tarvikkeet ja oppimateriaalit. Muutamilla kursseilla on myös materiaalmaksuja yhteisesti hankituista tai opettajalta ostettavista materiaaleista sekä muita opetusaiheen luonteesta johtuvia lisämaksuja.

Kansalaisopiston yhteystiedot

Rehtori, Kimmo Yli-Savola, puh. 040 554 6502, kimmo.yli-savola@iitti.fi

Asiakaspalvelu, Iitin kansalaisopiston toimisto, puh. 040 554 6502, kansalaisopisto@iitti.fi.

Kansalaisopiston toimisto sekä rehtorin työhuone sijaitsevat Iitin kirjastolla.

SYKSYN 2025 KURSSIT

Kevään 2026 kurssit ovat pääosin samat, muutokset ovat mahdollisia.

KÄSITYÖ JA TAIDEAINEET

Lasten ja nuorten kurssit

Kursseihin voi liittyä materiaalimaksu 10 €.

Kädentaitoja: pieniä askarteluja osittain kierrätysmateriaaleista erilaisin tekniikoin, siveltimien käyttöä, tuunausta, taittelua, solmeilua, neulan käyttöä

S12012 Pienet puuhat, 1–2 lk., syksy 2025

Pe 15.30–17.00 Kausalan alakoulu 12.9.–5.12.2025 Taru Katainen 36,00 €

S12013 Pienet puuhat, 3–4 lk., syksy 2025

Pe 17.00–18.30 Kausalan alakoulu 12.9.–5.12.2025, Taru Katainen 36,00 €

S12014 Näppärät näpit, syksy 2025

Pe 15.30–17.00 Kausalan alakoulu 12.9.–5.12.2025 Taru Katainen 36,00 €

Kurssi on tarkoitettu 11–14-vuotiaille.

Keramiikka

S12078 Keramiikkakurssi, syksy 2025

Ti 17.00–20.00 litin lukio 9.9.–2.12.2025 Marjo Tuominen 58,00 €

Kurssilla keskitytään yksilölliseen työskentelyyn savimateriaalin parissa. Osallistujat oppivat valmistamaan erilaisia esineitä erilaisilla savi-työstötekniikoilla. Kurssin aikana tarjotaan henkilökohtaista opastusta ja ohjausta savityöskentelyssä.

S12100 Raku-keramiikka, syksy 2025

Pe 17.00–20.00, La 10.00–14.00, Su 10.00–14.00 litin lukio 29.8.–21.9.2025 Taru Katainen 40,00 €

Kurssilla esineet ensin raakapoltetaan ja sen jälkeen lasitetaan rakulasitteilla. Lopuksi esineet poltetaan ulkona nopeasti kaasulla tynnyrissä. Tulikuumat esineet nostetaan poltosta, savustetaan puruissa ja jäähdytetään nopeasti. Ensimmäinen kokoontumiskerta on perjantaina 29.8. klo 17–20.

S12113 Keramiikan viikonloppuryhmä A, syksy 2025

La 10.00–13.45, Su 10.00–13.45 litin lukio 6.9.–16.11.2025 Marjo Tuominen 58,00 €

Yksilöllistä savityöskentelyä: Kurssilla keskitytään yksilölliseen työskentelyyn savimateriaalin parissa. Opit valmistamaan esineitä erilaisilla savityötekniikoilla. Kurssilla saat ohjausta

lasittamiseen ja koristeluun. Dreijausmahdollisuus on tarjolla. Kurssimateriaalit ostetaan kurssin yhteydessä. Kokoontumispäivät ovat: 1. 6.–7.9., 2. 27.–28.9., 3. 11.–12.10., 4.13.–14.11.

S12114 Keramiikan viikonloppuryhmä B, syksy 2025

La 10.00–13.45, Su 10.00–13.45 litin lukio 13.9.–23.11.2025 Marjo Tuominen

58,00 €

Kurssimateriaalit ostetaan kurssin yhteydessä. Syksyn kurssi alkaa 13.–14.9.

Ryhmän kokoontumisajat ovat seuraavat: 1. 13.–14.9., 2. 4.–5.10., 3. 25.–26.10, 4. 15.–16.11.

Kudonta, neulonta, kirjonta ja huovutus

S12061 Kädentaito- ja kudontaryhmä, syksy 2025

To 16.00–18.15 Kausalan terveystakeskus 2. krs 11.9.–4.12.2025 Sanna Taimisto 53,00 €

Erilaisia kädentaidon töitä ja kudontaa.

S12062 Kädentaito- ja kudontaryhmä Lyöttilässä, syksy 2025

Ti 16.00–18.15 Lyöttilän Maamiesseurantalo

9.9.–2.12.2025, Sanna Taimisto, 30,00 €

Teemme kurssilla erilaisia kädentaidon töitä ja kudontaa. Kurssi kokoontuu joka toinen viikko.

S12063 Huovutus, syksy 2025

La 10.00–13.45, Su 10.00–13.45 Kausalan alakoulu 20.9.–30.11.2025 Marjo Tuominen 58,00 €

Kurssilla valmistamme huiveja, tossuja ja patalappuja omien mieltymystesi mukaan. Kurssilla on mahdollisuus oppia neulahuovutusta ja nunotusta. Kurssi järjestetään viikonloppuisin kerran kuussa yhteensä neljä viikonloppua, yhteensä 40 tuntia kurssin kestoajaksi. Syksyn aloitus tapahtuu 20.–21.9.

Kansallispukujen valmistaminen, ompelukurssit

S12050 Kansallispukujen valmistaminen, syksy 2025

Ti 17.30–20.30 litin yläkoulu 9.9.–2.12.2025 Sari Sallila, 58,00 €

Kurssilla valmistamme ja muokkaamme kansallispukuja perinteisiä käsityötekniikoita hyödyntäen. Tarvittaessa valmistamme myös pukujen päähineitä. Tutustumme kansallispukujen historiaan, pukemiseen, huoltoon ja säilyttämiseen. Pääosin ompelumenetelmä on käsinompelu.

S12043 Luovaa ompelua, syksy 2025

Ma 17.30–20.30 litin yläkoulu 15.9.–8.12.2025 Maarit Harju, 58,00 €

Tule mukaan vaate- ja ompelukurssille, jossa kaavoitamme ja ompelemme monipuolisesti vaatteita, asusteita ja sisustustuotteita eri materiaaleista. Lisäksi opettelemme korjaamaan ja muokkaamaan olemassa olevia tuotteita.

S12045 Omat pukimet ommellen, syksy 2025

To 17.30–20.30 litin yläkoulu 11.9.–4.12.2025, Virpi Kalliola, 58,00 €

Valmistamme käyttövaatteita kurssilaisten tarpeiden mukaan ja harjoittelempa korjausompe-lua sekä kodintekstiilien valmistusta. Käytössämme on ompelukoneita, saumureita ja peitetikkikone. Opettajan valmiskaavavalikoima on käytettävissäsi. Kurssille tarvitset omat sakset, nuppi-neuloja ja muut tarvittavat materiaalit.

S12075 Ompelukoneen ja saumurin yksilöopetus, syksy 2025

Ma 15.00–17.30 Toimipaikka avoin, 8.9.–1.12.2025, Maarit Harju, 120,00 €

Oman ompelukoneen ja saumurin käyttökoulutus tarjoaa osallistujille mahdollisuuden oppia tehokkaasti ja turvallisesti käyttämään omaa ompelukonetta ja saumuria. Yksilöopetuksen ajanvaraus tapahtuu Maarit Harjun kautta puhelinnumerosta 0400-844706. Opetus järjestetään Kausalassa, osoitteessa Sahatie 27.

S12076 Vuolenkosken luovaa ompelua, syksy 2025

Ke 17.00–20.00 Vuolenkosken koulu 24.9.–17.12.2025, Maarit Harju 58,00 €

Kurssilla kaavoitamme ja ompelemme vaatteita, asusteita ja sisustustuotteita erilaisista materiaaleista sekä opettelemme korjaamaan ja muokkaamaan olemassa olevia tuotteita. Materiaaleina käytämme erilaisia kankaita ja nahkaa, joko uutta tai kierrätettyä.

RAVINTO JA RAVITSEMUS

Ruuanvalmistus

S12004 Hyvää ruokaa arkeen – ruoanlaittokurssi senioreille, syksy 2025

Ti 17.00–20.15 litin lukio 16.9.–9.12.2025 Annikki Ruokonen, 58,00 €

Kurssilla opetellaan keittojen, laatikkoruokien, kasvisvaihtoehtojen ja kotitekoisten leivonnais-ten valmistusta.

S12005 Nuorten kokkikurssi – herkkuja itse tehden, syksy 2025

Ke 17.00–20.15 litin lukio 10.9.–3.12.2025 Sanni Mikkeli, 58,00 €

Kurssi on tarkoitettu nuorille (esim. 13–18-vuotiaille), jotka haluavat oppia valmistamaan hel-poja, maistuvia ja terveellisiä ruokia itse alusta asti. Kurssilla opetellaan ruoanlaiton perusasi-oita, turvallista keittiötyöskentelyä ja kokeillaan monipuolisia reseptejä arkeen ja viikonloppuun – mukana niin suolaista kuin makeaa.

Muut kädentaidot ja puukkurssit

S12142 Makrameen alkeet & jatkokurssi, syksy 2025

To 17.30–19.45 litin lukio 11.9.–4.12.2025, Jatta Salo, 44,00 €

Kurssi on suunniteltu sopivaksi niin aloittelijoille kuin jatkavillekin. Makramee on solmeilutekniikka, jossa solmimalla luodaan erilaisia kuvioita ja rakenteita langoista tai narusta.

Kurssilla opit erilaisia perustekniikoita ja solmuja makrameen tekemiseen. Voit käyttää omia mieltymyksiäsi ja luovuuttasi suunnitellessasi ja valitessasi materiaaleja. Materiaalit, langat ja narut, hankitaan kurssille osallistujien tarpeesta riippuen.

S12041 Luovat käsityöt, syksy 2025

Ke 17.30–20.30 litin yläkoulu 10.9.–3.12.2025, Airi Turunen, 58,00 €

Kurssilla tutustumme monipuolisiin käsityötekniikoihin, jotka tuovat iloa arkeen ja antavat mahdollisuuden luoda kauniita ja persoonallisia asioita.

Saat ohjausta omien kiinnostuksen kohteidesi mukaan, olipa se sitten pehmeiden lankojen käsittelyä, kauniiden paperitöiden tekemistä tai muiden mielenkiintoisten materiaalien kokeilua.

KUVATAITEET, PIIRUSTUS JA MAALAUUS

S12077 Piirustus ja maalaus, syksy 2025

To 17.30–20.30 litin lukio 11.9.–4.12.2025, Iina Helander, 58,00 €

Kurssilla tutustutaan piirustuksen ja maalauksen erilaisiin tekniikoihin (ei öljyväri). Kurssin aikana osallistujat harjoittelevat piirtämistä ja maalaamista erilaisissa aiheissa, asetelmissa ja maisemissa.

S12079 Mixed media- sisustustaulu sekatekniikalla, syksy 2025

Ma 17.00–19.00, La 10.00–14.00, Su 10.00–14.00 litin lukio 13.–19.10.2025 Taru Katainen 30,00 €

Tervetuloa kurssille, jossa pääset kokeilemaan eri tekniikoita ja -materiaaleja yhdistellen luomaan kolmiulotteisia tauluja. Kurssilla käytämme canvas-taulua pohjana ja hyödynnämme erilaisia väriaineita, papereita, kankaita, nappeja ja muita osasia. Kurssin kerta 13.10. on orientatiorituaali, jolloin käydään läpi ja keskustellaan tarvittavista hankinnoista. Toteutus 18.–19.10. La-Su

S12110 Vuolenkosken kuvataidekurssi, syksy 2025

To 17.00–20.00 Vuolenkosken koulu 11.9.–4.12.2025 Auli Eskola 42,00 €

Kuvataidekurssi Vuolenkoskella tarjoaa mahdollisuuden valita erilaisia piirtämisen tekniikoita, kuten lyijykynä, erilaiset liidut, ohuet tussit tai akvarellitussit, sekä maalaamisen tekniikoita, kuten akvarelli, akryyli ja posliinimaalaus, sekä sekatekniikat. Kurssilla sekä yksilö- että ryhmäopetusta. Lisätietoja opettajalta numerosta 0405820338. **Kokoontumiset joka toinen viikko.**

S12018 Kausalan posliinimaalaus, syksy 2025

Ti 17.30–20.30 litin lukio 9.9.–2.12.2025, Merja Ronimus 58,00 €

Tule posliinimaalauksen kurssille, jossa käytetään vesiliukoista öljytekniikkaa. Opit erilaisia posliinimaalaustekniikoita ja -tyylejä, kuten pensselimaalausta, leimausta ja siirtokuvien käyttöä. Aiheet sovitaan oppilaiden kesken kurssin aikana.

S12019 Haapa-Kimolan posliinimaalaus, syksy 2025

Ma 18.30–21.00 Haapa-Kimolan koulu 8.9.–1.12.2025 Merja Ronimus 54,00 €

TIFFANY- JA LASITYÖT

S12054 Tiffany- ja sulatuslasityöt, syksy 2025

Pe 16.15–19.15 litin lukio 5.9.–28.11.2025, Tuula Valkjärvi, 42 €

Kurssin aikana valmistamme erilaisia lasitöitä ja opimme tiffanytekniikan ja lasinsulatuksen

perusteita. Saat mahdollisuuden luoda upeita ikkunatöitä, valaisimia ja kolmiulotteisia teoksia. Kurssi tarjoaa myös mahdollisuuden tutustua lasimosaiikkiin.

Kurssikerrat järjestetään joka toinen perjantai klo 16.15–19.15 Yhteensä kurssilla on 7 kokoon-
tumiskertaa ja jokainen kerta kestää 4 oppituntia.

MUUT KÄDENTÄIDOT

Puutyöt, entisöinti ja puukkokurssit

S12111 Puutyöt, syksy 2025

Ke 17.00–19.15 litin lukio 10.9.–3.12.2025 Cay Leppälä, 52 €

Puutyöt-kurssi tarjoaa mahdollisuuden itsenäiseen työskentelyyn. Aiempi osaaminen puutöistä ei ole välttämätöntä, ja aloittelijat ovat lämpimästi tervetulleita osallistumaan.

Kurssimaksu sisältää pienrauta-aineet, kuten ruuvit ja naulat, sekä koulun puuliiman. Kurssilaiset vastaavat itse tarvittavien puumateriaalien ja pintakäsittelyaineiden hankinnasta.

S13105 Huonekalujen verhoilukurssi, syksy 2025

La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00 litin lukio 20.9.–30.11.2025 Päivi Hölttä, 54,00 €

Kunnostamme ja verhoilemme erilaisia tuoleja eri vuosikymmeniltä. Kurssilla opimme perinteistä sekä nykyaikaista verhoilua. Ota oma työ mukaan ensimmäisellä kerralla.

S13102 Puukkokurssi, syksy 2025

La 9.00–17.00, Su 9.00–17.00 litin lukio 4.–12.10.2025 Cay Leppälä, 60 €

Kurssilla valmistetaan perinteinen puukko. Puukkoon taotaan hyvä terä ja se lämpökäsitellään huolella. Teemme puukkoja toinen toiselta oppien -ajatuksella. Sopii vanhoille tekijöille sekä ensikertalaisille. Puukon voit tehdä puolivalmiista osista tai itse takoen. Tarvikemaksu on 30 € ja se maksetaan kurssin alussa opettajalle.

S13103 Kokkiveitsen tekeminen, syksy 2025

La 9.00–17.00, Su 9.00–17.00 litin lukio 15.–16.11.2025, Cay Leppälä, 60 €

Kurssilla teemme kokkiveitsen. Hiiliteräskokkiveitsi valmistetaan alusta loppuun itse takomista lähtien. Lopuksi käydään läpi vielä, kuinka kokkiveitsi teroitetaan hiomakivillä. Tarvikemaksu on 30–50 € materiaalivalintojen mukaan ja se maksetaan kurssin alussa opettajalle. Kurssi toteutuu kahtena peräkkäisenä viikonloppuna (la ja su klo 9–17) 16.–24.11.2024. Kurssin ikäraja 18 vuotta.

S13104 Puukkoworkshop-kurssi, syksy 2025

To 17.00–19.30 Iitin lukio 11.9.–4.12.2025, Cay Leppälä, 60,00 €

Vapaamuotoinen viikoittainen puukkopaja, johon voi tulla ensikertalaiset tai kokeneemmat tekijät. Kokemattomien kanssa lähdetään ihan alkeista liikkeelle ja vanhat tekijät voivat tehdä vapaasti omia töitään. Opettajalta voi ostaa puukkotarvikkeita tarpeen mukaan tai tuoda omia. Kurssin ikäraja 18

LIIKUNTA

NUORTEN JA LASTEN LIIKUNTARYHMÄT

S12053 Koululaisten liikunta- ja palloilukurssi, syksy 2025

To 13.45–14.30 Kausalan alakoulu 4.9.–27.11.2025 Henniina Hulkko 22,00 €

Tervetuloa mukaan liikunnan riemuun! Kurssi tarjoaa alakouluikäisille lapsille monipuolista liikuntaa ja hauskaa yhdessäoloa. Ohjelmassa on erilaisia palloilulajeja, kuten jalkapalloa, koripalloa, salibandya ja lentopalloa, sekä leikkejä, kisailuja ja kehonhallintaa kehittäviä harjoitteita.

S12080 Lasten voimistelu, Vuolenkoskella, syksy 2025

Ma 17.00–17.45 Vuolenkosken liikuntahalli 15.9.–24.11.2025 Anna-Mari Finni & Johanna Salonen, 22,00 €

1.-luokkalaisista yläkoululaisiin, kurssin aikana harjoitellaan voimistelun perustaitoja ja kahden ohjaajan ansiosta kurssilaiset voivat harjoitella oman taitotasonsa mukaan.

S12052 Naperovoimistelu 1–6-vuotiaille Vuolenkoskella, syksy 2025

Ma 18.15–19.00 Vuolenkosken liikuntahalli 15.9.–17.11.2025

Johanna Salonen, Anna-Mari Finni, 22,00 €

1.-vuotiasta esikoululaisiin, harjoitellaan voimistelun ja liikunnan taitoja, lapsi osallistuu ryhmään oman aikuisen kanssa.

AIKUISTEN LIIKUNTARYHMÄT

Asahi, jooga ja pilates

S12047 Pilatestyyppinen jumppa, syksy 2025

To 16.00–17.00 Päiväkoti Pikku-Vieteri 11.9.–4.12.2025 Liisa Raskinen 38,00 €

Tule mukaan pilatestyyppiseen jumppaan, jossa vahvistetaan kehon syviä lihaksia ja parannetaan kehonhallintaa. Tunneilla keskitytään myös voiman ja liikkuvuuden kehittämiseen. Tunti sopii kaiken tasoisille osallistujille, joten olet lämpimästi tervetullut mukaan!

S12055 Hatha-jooga, syksy 2025

Ti 18.20–19.50 litin alakoulu 9.9.–2.12.2025 Seija Rimola 42,00 €

Tule mukaan joogatunnille, joka sopii kaikille, jotka ovat kiinnostuneita omasta terveydestään ja hyvinvoinnistaan. Jokainen harjoittelee omien kykyjensä mukaisesti, keskittyen itseensä ja omiin edellytyksiinsä.

Joogaharjoituksessa korostetaan kehon ja luonnollisen hengityksen huomioimista. Kyseessä on Suomen Jooga-liiton (SJL) jooga, joka vahvistaa fyysistä toimintakykyä sekä kykyä rauhoittua ja rentoutua. Kurssi sopii myös aloittelijoille, joten aikaisempaa kokemusta ei tarvita.

S12059 Aikuinen ja lapsijooga, syksy 2025

Ke 17.00–17.45 Päiväkotikatu Pikku-Vieteri 24.9.–15.10.2025 Seija Rimola 25,00 €

Kurssi tarjoaa lempeän ja leikkisän tavan tutustua joogaan tarinoiden, hengitysharjoitusten ja helppojen asanoiden (jooga-asentojen) avulla.

Yhteiset harjoitukset vahvistavat lapsen ja aikuisen välistä vuorovaikutusta, kehotietoisuutta sekä kehon ja mielen hyvinvointia. Kurssi sopii esimerkiksi vanhemmalle, isovanhemmalle tai muulle läheiselle aikuiselle yhdessä noin 4-10-vuotiaan lapsen kanssa.

S12060 Asahi- ja kehonhuoltokurssi, syksy 2025

Ti 17.15–18.15 litin alakoulu 9.9.–2.12.2025 Seija Rimola 38,00 €

Tunnin aikana teemme monipuolisesti kehonhuolto- ja rentoutusharjoituksia. Kurssi sopii kaiken ikäisille ja kaiken kuntoisille osallistujille. Harjoitteet ovat helposti omaksuttavia ja niitä voi tehdä omien voimavarojen ja liikkuvuuden mukaan.

Jumpat ja ulkoliikunta**S12042 Mankalan jumppa, syksy 2025**

Ke 18.00–18.45 Yli-Kaitala 10.9.–3.12.2025 Katariina Martikainen, 34,00 €

Monipuolista lihaskuntoa ylläpitävää kuntojumppaa, jossa koko keho saa liikettä. Apuna voidaan käyttää erilaisia kuntoiluvälineitä (löytyvät ohjaajalta). Sopii kaiken tasoisille kuntoilijoille.

S12044 Lavista ja jumppaa, syksy 2025

Ti 10.15–11.00 Ravilinnankatu 9.9.–2.12.2025 Eija-Liisa Virta, Henniina Hulkko 34,00 €

Lavista ja jumppaa -kurssi tarjoaa monipuolisen liikuntakokemuksen, jossa vuoroviikoin pääset nauttimaan sekä laviksesta että jumpasta. Tunti sopii kaikille, jotka haluavat lisätä liikettä arkeensa hausalla ja energisoivalla tavalla. Ohjaajinasi toimivat kunnan ammattitaitoiset liikunnanohjaajat Henniina Hulkko ja Eija-Liisa Virta, jotka takaavat tehokkaan ja turvallisen treenin.

S12046 Aamujumppa Lyöttilässä, syksy 2025

Pe 10.15–11.15 Lyöttilän Maamiesseurantalo 12.9.–5.12.2025 Eija-Liisa Virta, 38,00 €

Tervetuloa monipuoliseen tuntiin, jossa vahvistetaan lihaksia ja tehdään venyttelyä. Tunti sopii kaiken tasoille liikkujille, joten riippumatta kunto- tai taitotasostasi, voit osallistua aktiivisesti.

S12048 Miesten jumppa Lyöttilässä, syksy 2025

Ti 19.00–19.45 Lyöttilän Maamiesseurantalo 9.9.–2.12.2025 Eino Hemmilä, 34,00 €

Kurssi yhdistää lihaskuntoharjoittelua ja venyttelyä, tarjoten tasapainoisen harjoituksen jokaiselle kuntoilutasolle.

S12049 Kuntopiiri Lyöttilässä, syksy 2025

Ma 18.00–19.00 Lyöttilän Maamiesseurantalo 8.9.–1.12.2025 Eija-Liisa Virta 38,00 €

Tervetuloa monipuolisen liikunnan kurssille, jossa harjoittemme lihaskunnan ylläpitoa ja parantamista käyttäen kuntosalilaitteita ja erilaisia välineitä.

S12071 Haapa-Kimolan jumppa, syksy 2025

Ma 17.30–18.15 Haapa-Kimolan koulu 8.9.–1.12.2025 Assi Ronimus 34,00 €

Tervetuloa kuntojumppaan, joka ylläpitää ja kehittää lihaskuntoa koko kehon liikkeellä. Tunnilla voidaan hyödyntää erilaisia kuntoiluvälineitä, jotka ovat saatavilla ohjaajalta. Kuntojumppa sopii kaiken tasoille kuntoilijoille.

S12072 Iloa ulkoliikunnasta, syksy 2025

To 12.30–14.00 Ravilinna 11.9.–4.12.2025 Henniina Hulkko 48,00 €

Kurssi tarjoaa ulkoilmaelämyksen, joka virkistää kehoa ja mieltä. Opit tehokkaita harjoitustekniikoita, joita voit soveltaa omassa liikuntarutiinissasi. Tule nauttimaan raikkaasta syysilmasta, luonnon kauniista väreistä ja samalla parantaen fyysistä kuntoasi.

Kahvakuula, kehonhuolto, kuntosaliharjoittelu ja hyvinvointi**S12051 Treenaa oman kuntovalmentajan kanssa, syksy 2025**

Ti 14.00–15.30 Ravilinna 9.9.–3.12.2025 Henniina Hulkko 48,00 €

Treenaamme mm. kestävyyskuntoa, lihasvoimaa ja venyvyyttä. Tällä kurssilla kuntovalmentajasi ohjaa monipuolista ja vaihtelevaa lihaskuntoharjoittelua, venyttelyä ja sykeliikuntaa.

S12057 Kuntonyrkkeily ja kickboxing, syksy 2025

Ke 17.00–18.30 Ravilinna 3.9.–26.11.2025 Henniina Hulkko 48,00 €

Tunneilla harjoitellaan kuntonyrkkeilyn ja kickboxingin perusteita turvallisesti ja selkeästi

ohjattuna. Varustus: sisäliikuntavarusteet, juomapullo, halutessasi omat nyrkkeilyhanskat.

S12084 Kahvakuula ja lihaskunto, syksy 2025

Ke 18.00–18.45 Kausalan alakoulu 10.9.–3.12.2025, Suvi Taimisto, 34,00 €

Tämä harjoitusmuoto tarjoaa tehokkaan ja monipuolisen treenin koko keholle. Sen avulla voit parantaa voimaa, kestävyyttä, kehonhallintaa ja tasapainoa. Tunnin sisältö koostuu alkulämmittelystä, tekniikkaosioista/liikepattereista ja lyhyestä loppuverryttelystä..

S12085 Venyttely ja kehonhuolto, syksy 2025

Ke 19.00–19.45 Kausalan alakoulu 10.9.–3.12.2025, Suvi Taimisto, 34,00 €

Kehonhuoltoa ja rentoutumista: Tämä tunti keskittyy rauhalliseen perusvenyttelyyn, kehonhuoltoon ja rentoutumiseen. Harjoittelemme myös tasapainoa ja liikkuvuutta. Osana tuntia saatamme käyttää erilaisia apuvälineitä, kuten kuminauhoja tai jumppakeppejä. Ota mukaasi oma matto.

S12138 Kehonpainotreeni & kehonhuolto, syksy 2025

Ti 18.30–19.15 litin yläkoulu 7.10.–2.12.2025, Helena Kekäläinen, 30,00 €

Tunti pitää sisällään lämmittelyn, lihaskuntoharjoittelua kehon omaa painoa hyödyntäen sekä venyttelyä. Tunti on rauhallinen, mutta tehokas. Venyttelyillä huolletaan kehoa ja lihaksistoa, sekä rentoutetaan kireyksiä.

S13120 Kuntosaliharjoittelun 6X starttikurssi A, syksy 2025

Ti 12.00–13.00 Toimipaikka avoin 2.9.–7.10.2025 Henniina Hulkko, 24,00 €

Tunneilla harjoitellaan lihaskuntoharjoittelun tekniikkaa, lämmittelyä, venyttelyä ja oman harjoitusohjelman rakentamista. Kurssi sopii erityisesti aloittelijoille ja niille, jotka haluavat varmuutta kuntosalilla toimimiseen.

S13121 Kuntosaliharjoittelun 6X starttikurssi B, syksy 2025

Ti 12.00–13.00 Ravlinna 28.10.–2.12.2025 Henniina Hulkko 24,00 €

TANSSILIIKUNTA

Lasten tanssikurssit

S12065 Street Dance, 6–8-vuotiaat, syksy 2025

Ma 17.00–17.45 Kausalan alakoulu 8.9.–1.12.2025 Tessa Leppälä, 24,00 €

Street-tunneilla opetellaan hip hop -tyylistä liikkumista ja tutustutaan eri tyyleihin ja rytmiikkaan. Tunneissa on ”oikean tanssitunnin” tuntua leikkiä unohtamatta. Tehdään

alkulämmittelyt, vähän voimaharjoituksia, tanssisarjaa ja venyttelyä sekä käydään läpi tekniikkaa ja ilmaisutaitoa.

S12066 Street Dance, 9–13-vuotiaat, syksy 2025

Ma 18.00–18.45 Kausalan alakoulu 8.9.–1.12.2025 Tessa Leppälä, 24,00 €

Street-tunneilla opetellaan hip hop -tyylistä liikkumista ja tutustutaan eri tyylihin ja rytmiikkaan. Tunneilla tehdään alkulämmittelyt, voimaharjoituksia, tanssisarjaa ja venyttelyä sekä käydään läpi tekniikkaa ja ilmaisutaitoa. Tunnit suunnitellaan kulloisenkin tason mukaan, osallistujalla ei siis tarvitse olla aikaisempaa kokemusta tanssista.

Aikuisten tanssikurssit

S12017 Dancemixs, syksy 2025

Ti 16.40–17.25 litin yläkoulu 7.10.–2.12.2025 Helena Kekäläinen 30,00 €

Tämä tanssillinen liikuntatunti sopii rytmikkästä musiikista ja tanssimisesta nauttivalle. Tunnilta liikutaan musiikin tahtiin opettajan ohjauksessa. Jokainen pystyy säätämään treenin itselleen sopivaksi opettajan ohjauksessa. Ota mukaan sopivat asusteet, hikipyyhe ja juomapullo.

S12141 Salsa- ja bachata-tanssitunnit, syksy 2025

Ti 17.30–18.15 litin yläkoulu 7.10.–2.12.2025 Helena Kekäläinen 30,00 €

Tämä iloinen ja energinen kuumia lattarirytmiejä sisältävä salsa ja bachata soolotunti saa hymyn huulille ja jalat vipattamaan. Tunti pitää sisällään lämmittelyn, tanssillisuutta lisääviä liikeharjoituksia musiikin tahtiin ja koreografiaa.

S12044 Lavista ja jumppaa, syksy 2025

Ti 10.15–11.00 Ravilinna 9.9.–2.12.2025 Eija-Liisa Virta, Henniina Hulkko 34,00 €

Lavista ja jumppaa -kurssi tarjoaa monipuolisen liikuntakokemuksen, jossa **vuoroviikoin** pääset nauttimaan sekä laviksesta että jumpasta. Tunti sopii kaikille, jotka haluavat lisätä liikettä arkeensa hausalla tavalla. Ohjaajinasi toimivat kunnan ammattitaitoiset liikunnanohjaajat Henniina Hulkko ja Eija-Liisa Virta, jotka takaavat tehokkaan ja turvallisen treenin.

MUSIIKKI

Lasten kurssit

S12027 Muskari, pianon-/kitaran-/ukulelensoitto ala-asteikäisille, syksy 2025

Ma 15.00–15.45 Kausalan alakoulu 8.9.–1.12.2025 Saara Malin 34,00 €

Yksilöopetusta 15 minuuttia/opetuskerta. Kurssille mahtuu 3 opiskelijaa. Opettaja ottaa

yhteyttä pianon-, kitaran- tai ukulelensoittoon ilmoittautuneisiin ennen ensimmäistä kertaa.

S12028 Sisarusmuskari, syksy 2025

Ma 15.45–16.30 Kausalan alakoulu 8.9.–1.12.2025 Saara Malin 34,00 €

Tervetuloa musisoimaan koko perheen voimin! Ryhmään mahtuu max 6 perhettä 0-5- vuotiaiden lasten kanssa. Ilmoitathan jokaisen lapsen erikseen ryhmään. Pienet aikataulumuutokset mahdollisia.

S12029 Muskari, 3–4- vuotiaat, syksy 2025

Ma 16.30–17.15 Kausalan alakoulu 8.9.–1.12.2025 Saara Malin 34,00 €

Muskarin eri työtapoja käyttäen sukellamme hieman syvemmälle musiikin ihmeelliseen maailmaan. Vuoden aikana opimme laulun, leikin, kuuntelun, liikunnan ja soiton avulla mm. hahmottamaan musiikin käsitteitä

S12030 Muskari, 4–5-vuotiaat, syksy 2025

Ma 17.15–18.00 Kausalan alakoulu 8.9.–1.12.2025 Saara Malin 34,00 €

Sukellamme hieman syvemmälle musiikin ihmeelliseen maailmaan. Opimme mm. tunnistamaan ja hahmottamaan eri aika-arvoja ja säveltasoja musiikin monipuolisia työtapoja käyttäen.

S12031 Bändimuskari eskarilaisille/ekaluokkalaisille, syksy 2025

Ma 18.00–18.45 Kausalan alakoulu 8.9.–1.12.2025 Saara Malin 34,00 €

Opettelemme bändisoiton alkeita sekä säestämme lauluja myös ukuleleilla. Tarkoitettu lapsille, jotka eivät ole ennen olleet bändimuskarissa.

S12032 Bändimuskari toka-kolmosluokkalaisille syksy 2025

Ma 18.45–19.30 Kausalan alakoulu 8.9.–1.12.2025 Saara Malin 34,00 €

Soitamme bändisoittimilla ja säestämme lauluja myös ukuleleilla, unohtamatta muita kivoja muskarijuttuja:) Pienet aikataulumuutokset ovat mahdollisia.

S12033 Muskari, vauvat vanhempineen, syksy 2025

Ti 15.45–16.30 Kausalan alakoulu 9.9.–2.12.2025 Saara Malin 34,00 €

Loruja, lauluja, musiikkiliikuntaa ja muuta mukavaa puuhaa yhdessä perheen pienimmän kanssa. Vauvamuskarista saat hyvät eväät; laajan loru- ja lauluvaraston yhteisiin musisointitilaisuuksiin myös kotona.

S12034 Muskari, noin 1-vuotiaat vanhempineen, syksy 2025

Ti 16.30–17.15 Kausalan alakoulu 9.9.–2.12.2025 Saara Malin 34,00 €

Muskarissa opitaan kivoja loruja ja lauluja, joita on mukava tehdä myös kotona. Tunnit sisältävät paljon myös musiikkiliikuntaa sekä soittoa.

S12035 Muskari, pianon-/kitaran-/ukulelensoitto ala-asteikäisille, syksy 2025

Ti 17.15–18.00 Kausalan alakoulu 9.9.–2.12.2025 Saara Malin 34,00 €

Yksilöopetusta 15 minuuttia/opetuskerta. Kurssille mahtuu 3 opiskelijaa. Opettaja ottaa yhteyttä kaikkiin pianon-, kitaran- tai ukulelensoittoon ilmoittautuneisiin ennen ensimmäistä opetuskertaa. Tunneilla opimme soittamaan korvakuulolta, nuoteista lukien sekä opettelemme myös komppaamaan kappaleita sointumerkkejä apuna käyttäen.

S12036 Muskari, n. 2-vuotiaat vanhempineen, syksy 2025 Ti 18.00–18.45 Kausalan alakoulu 9.9.–2.12.2025 Saara Malin 34,00 €

2-vuotiaiden muskarissa lapset oppivat kivoja loruja ja lauluja, jotka tukevat puheen kehitystä ja joita on mukava myös kotona tapailla yhdessä vanhemman kanssa. Muskaritunneilla ruokitetaan lapsen luontaista mielikuvitusta ja eri teemojen kautta opitaan leikin varjolla paljon myös musiikin ihmeellisestä maailmasta.

S12037 Bändimuskari nelos-kutosluokkalaisille, syksy 2025

Ti 18.45–19.30 Kausalan alakoulu 9.9.–9.12.2025 Saara Malin 34,00 €

Tutustumme monipuolisemmin eri musiikin tyyliin ja soitamme kappaleita bändisoittimilla ja ukuleleilla. Pienet aikataulumuutokset ovat mahdollisia.

Laulunopetus ja kuorot**S12008 Yksinlaulutunnit, syksy 2025**

Pe 15.30–19.00 Iitin lukio 12.9.–5.12.2025 Jouni Sjöblom 100,00 €

Yksinlaulu (30 minuuttia) on kurssi, jossa keskitytään pop-, iskelmä- ja viihdemusiikin laulamiseen. Tunnit tarjoavat mahdollisuuden harjoitella ja kehittää omaa ääntä sekä tutustua erilaisiin musiikkityyleihin.

S12009 Korrepetitiotunteja edistyneille laulajille, ei vasta-alkajille, syksy 2025

To 15.00–19.00 Kausalan alakoulu 11.9.–4.12.2025 Pekka Asikainen 100,00 €

Ohjelmassa ooppera-ariat, operetit, keskeinen liedkirjallisuus, kotimaiset yksinlaulut ja oopperat. Kullekin oppilaalle varataan aikaa 30 minuuttia.

S12021 litin Lauluveikot, syksy 2025

Ti 17.15–18.45 litin lukio 9.9.–2.12.2025 Jouni Sjöblom, 42,00 €

Osallistu miesten kuorokurssille, jossa harjoittelemme säestyksellistä ja säestyksetöntä musiikkia. Laulamme monipuolisesti iskelmiä, viihdemusiikkia, hengellisiä ja isänmaallisia lauluja.

S12023 Kamarikuoro Kupariset, syksy 2025

Ma 18.30–20.30 litin lukio 8.9.–1.12.2025 Pekka Asikainen 58 €

Kamarikuoro Kupariset on toiminut 44 vuotta. Ohjelmistossa on kansanlauluja, hengellistä musiikkia, perinteistä sekakuoro-ohjelmistoa ja näyttämömusiikkia.

S12024 Kausalan Naislaulajat, syksy 2025 Ti 18.00–19.30 Päiväkotikatu 1, Vieteri

9.9.–2.12.2025 Marja Laiho 42,00 €

Kurssin aikana harjoitellaan moniäänistä naiskuoromusiikkia ja valmistellaan ohjelmistoa tuleviin esiintymisiin. Kuoron toimintaa osallistuminen edellyttää myös yhdistyksen jäsenmaksun suorittamista

Soitonopetus ja bänditoiminta

Jokaiselle kurssilaiselle varataan 30 minuuttia yksilöopetusta/kerta. Opettaja soittaa kurssilaisille ennen kurssin alkua ja sopii jokaiselle henkilökohtaisen opetusajan. Oppilaalla ei tarvitse olla omaa soitinta kurssille tullessa.

S12000 Kitaran- ja pianonsoiton yksityistunnit, maanantai, syksy 2025

Ma 17.00–20.00 litin yläkoulu 8.9.–1.12.2025 Lasse Heinonen 100,00 €

S12001 Kitaran- ja pianonsoiton yksityistunnit, keskiviikko, syksy 2025

Ke 17.00–20.00 litin yläkoulu 10.9.–3.12.2025 Lasse Heinonen 100,00 €

S12002 Kitaran- ja pianonsoiton yksityistunnit, torstai, syksy 2025

To 17.00–20.00 litin yläkoulu 11.9.–4.12.2025 Lasse Heinonen 100,00 €

S12003 Haitarin ja hanurinsoiton yksityistunnit, tiistai, syksy 2025

Ti 17.00–20.00 litin yläkoulu 9.9.–2.12.2025 Jouni Sjöblom 100,00 €

S12022 Pop- ja rock-kuoro, syksy 2025

Ti 19.00–20.30 litin yläkoulu 9.9.–2.12.2025 Jouni Sjöblom 42,00 €

Kurssi tarjoaa mahdollisuuden kehittää laulutaitoja, oppia moniäänisen laulamisen tekniikoita ja esiintyä yhdessä samanhenkisten musiikin ystävien kanssa.

S12025 Ukuleleorkesteri, syksy 2025

To 17.00–18.00 Kausalan alakoulu 11.9.–4.12.2025 Ari Ollikainen 38,00 €

Orkesterissa soitetaan ja lauletaan tuttuja, rytmikkäitä sävelmiä eri vuosikymmeniltä. Muitakin instrumentteja voidaan soveltaa. Orkesteriin tullessa on oltava oma soitin, nuottiteline sekä kymmenkunta sointua hallussa.

S12026 Pop- ja rock-bändi, syksy 2025

La 13.00–14.30 litin lukio 6.9.–29.11.2025 Jouni Sjöblom 42,00 €

Tule mukaan yhteissoittoon – soititpa sitten mitä tahansa! Kurssi on avoin aloittelijoista koke-neempiin konkareihin. Jokaisen osallistujan rooli sovitetaan oman taitotason mukaan. Tämä on kansalaisopiston uutuuskurssi.

TIETOTEKNIikka

Yksilöopetuksen tunnit sovitaan opiskelijan kanssa henkilökohtaisesti ja opiskelijalle laaditaan henkilökohtainen opiskelusuunnitelma HOPS. Opetus annetaan 45 min./opiskelija,

S12144 Tietotekniikan yksilöopetus, syksy 2025

Pe 12.00–16.00 Kirjasto 12.9.–4.12.2025 Kimmo Yli-Savola 120,00 €

S12147 Tekoälyn perusteet, syksy 2025

Ke 15.00–17.30 Kirjasto, 17.9.–1.10.2025 Kimmo Yli-Savola 24,00 €

S12146 Älypuhelimien käytön kertauskurssi, syksy 2025

Ti klo 15.00-17:30 Kirjasto 30.9.–14.10. Kimmo Yli-Savola 24,00

S12145 Tietotekniikan yksilöopetus B, suppea oppimäärä, syksy 2025

To 12.00–16.00 Kirjasto, 30.10.–4.12.2025 Kimmo Yli-Savola 60,00 €

Kurssi johdattaa tekoälyn perusteisiin ja sovelluksiin. Opit ymmärtämään, mitä tekoäly tarkoittaa, miten sitä voidaan hyödyntää eri aloilla ja mitä eettisiä kysymyksiä siihen liittyy. Kurssilla käytetään esimerkkejä ja harjoituksia, jotka auttavat sinua hahmottamaan tekoälyn toimintaa ja mahdollisuuksia. Opiskelijat voivat ottaa mukaan oman älylaitteen, joka voi olla tabletti, älypuhelin tai kannettava tietokone.

MUU OPETUS: ESPANJA

Espanjan kielen etäopetus

S12064 ¡Avanzamos! Espanjan kielen etäkurssi jatko-opiskelijoille, syksy 2025

Ti 18.15–19.45 Etäopetus 9.9.–2.12.2025, Tanja Rautavirta, 21,00 €

¡Avanzamos! on aikuisopiskelijoille suunnattu espanjan kielen kurssi, jonka tavoitteena on kehittää itsenäisiä keskustelutaitoja, laajentaa sanavarastoa ja harjoittaa sekä uusia että opittuja kielioppiasioita. Oppikirjana ¡Avanzamos! jonka monipuolisen sisällön avulla tutustutaan espanjankielisten maiden historiaan ja kulttuuriin sekä nykypäivän elämään. Oppikirja sijoittuu taitotasolle B1-B2.

YLEISÖLUENNOT JA TAPAHTUMAT

Luennot ovat avoimia litin kansalaisopiston Studia Generalia-luentosarjaa. Tilaisuudet ovat kaikille maksuttomia ja niihin tulee ilmoittautua kansalaisopiston verkkokaupassa. Tapahtumat ja luennot kirjastossa tai sen läheisellä nurmialueella.

S13000 Kausalan zumba- ja latinotanssitapahtuma, kesä 2025

La 30.8. klo 13.30–16.00 Kirjaston läheinen nurmialue, 30.8.2025, Janne Outinen, 15,00 €

Koe liikunnan iloa ja rytmin hurmaa Kausalan zumba- ja latinotanssitapahtumassa. Janne Outinen tuo mukanaan positiivisen energiansa taaten hauskan ja mukaansatempaavan elämyksen. Lopuksi rentoudumme 15 minuutin kehonhuolto- ja venyttelyosuudella. Sateen sattuessa tansitaan sisätiloissa.

S13001 Minustako senioriyrittäjä -luento

To 18.9. 17.00–18.30 Kirjasto 18.9.2025 Pekka Mantila / Ladec Oy

Tule mukaan "Minustako senioriyrittäjä" -luennolle, jossa Ladecin asiantuntija Pekka Mantila avaa kevytyrittäjyyden maailmaa. Tämä luento tarjoaa tilaisuuden oppia, miten aloittaa ja menestyä yritystoiminnassa seniorina, sekä saada käytännön vinkkejä ja uusia näkökulmia yrittäjän arkeen.

S13002 Apteekin tarjoamat palvelut ml. Kela-palvelut - avoin yleisöluento

Ke 8.10. 17.00–18.30 litin kirjasto 8.10.2025 Elina Lankinen

Kausalan apteekin apteekkari Elina Lankinen pitää yleisöluennon nykyaikaisen apteekin tarjoamista palveluista. Luento on osa kansalaisopiston Studia Generalia -yleisöluentosarjaa. Luento on avoin kaikille ja se on maksuton.

S13003 "Ajattele aivojasi – mieti muistiasi" - avoin yleisöluento muistista ja aivoterveystestistä

To 16.10. 17.00–18.30 Kirjasto 16.10.2025 Petra Behm, Päijät-Hämeen muistiyhdistys

Aivoterveys on aivojen hyvinvointia, jota voi edistää terveellisillä elämäntavoilla ja aivojen haastamisella. Aivoterveys on tärkeää, sillä aivot ovat vastuussa kaikista toiminnoistamme,

kuten ajattelusta, oppimisesta, muistista, tunteista ja liikkeistä. Aivoterveys vaikuttaa myös mielialaan, unenlaatuun ja stressinsietokykyyn.

S13004 Eevan ja Petterin elämänlaatumalli ja 18 vuoden sinnittely herra Alzheimerin kanssa - luento

Ke 5.11. klo 17.00–18.30 Kirjasto, Petter Pulkkinen

Tutustu Eevan ja Petterin elämänlaatumalliin, joka on muotoutunut 18 vuoden sinnittelyn myötä herra Alzheimerin kanssa. Tämä luento tarjoaa syvällistä tietoa siitä, miten heidän oma-kohtaiset kokemuksensa ovat auttaneet kehittämään tehokkaita strategioita elämänlaadun parantamiseksi Alzheimerin taudin kanssa elämisen aikana.

Kurssi käsittelee käytännöllisiä vinkkejä, tunteiden hallintaa ja arjen haasteiden voittamista inspiroivalla tavalla. Tämä on arvokas tilaisuus oppia sekä henkilökohtaiselle että ammatilliselle kasvulle ja sopii hyvin kaikille, jotka haluavat ymmärtää Alzheimerin vaikutuksia paremmin ja löytää keinoja elämänlaadun parantamiseen haastavissa tilanteissa.