

OPINTO-OHJELMA

2026-2027

Järvi-Pohjanmaan
kansalaisopisto
Alajärvi - Soini - Vimpeli

Rehtorin tervehdys

Järvi-Pohjanmaan kansalaisopiston 60-vuotisjuhlavuosi käynnistyi keväällä monipuolisilla tapahtumilla, joissa nautittiin musiikista, kuvataiteesta ja kädentaidoista. Oli ilo juhlia merkkivuotta yhdessä 40-vuotiaan Alajärven kaupungin kanssa sekä kohdata kuntalaisia erilaisissa tilaisuuksissa.

Haluamme tarjota laadukkaita kursseja koko toiminta-alueellamme. Pienillä paikkakunnilla haasteena on opettajien löytäminen. Otamme mielellämme vastaan kurssitoiveita sekä vinkkejä opettajista. Samalla kunnioitamme muiden paikkakunnan oppilaitosten ja toimijoiden tarjontaa, emmekä pyri järjestämään päällekkäistä toimintaa. Jos sinulla on erityistä osaamista tai taitoja, rohkaisemme ottamaan yhteyttä – ehkä juuri sinä olet tuleva kansalaisopiston opettaja.

Yhteistyömme Työllisyysalue Kympin kanssa jatkuu myös tulevana lukuvuonna. Pääsemme kehittämään työelämätaitoja tukevaa toimintaa yhdessä kolmen muun kansalaisopiston kanssa kaksivuotisessa *Täyden kympin sivistystä* -hankkeessa, johon saimme Opetushallituksen rahoituksen.

Toivotan sinulle innostavaa lukuvuotta, iloa uuden oppimisesta ja kokemuksista. Rakennetaan yhdessä elinvoimaista ja innostavaa vapaata sivistystyötä – oppien, oivaltaen ja toinen toistamme rikastuttaen.

Titta Väänänen

Järvi-Pohjanmaan kansalaisopiston rehtori

YHTEYSTIEDOT

Osoite: Kaupintie 7, 62900 ALAJÄRVI

Kotisivu: <https://alajarvi.fi/kasvatus-ja-opetus/jarvi-pohjanmaan-kansalaisopisto/>

Sähköposti: kansalaisopisto@alajarvi.fi

Toimisto on avoinna ma-to klo 9–11 ja 12–15.

Toimistosihtööri Maria Isotalo, puh. 044-297 0310

sähköposti: maria.isotalo@alajarvi.fi

Rehtori Titta Väänänen, puh. 044-297 0311

sähköposti: titta.vaananen@alajarvi.fi

Tekstiilityönopettaja Minna Kulmala, puh. 044-297 0490

sähköposti: minna.kulmala@alajarvi.fi

Vastuuopettaja Kuvataidekoulu Eero Kaisa Hautakoski, puh. 044-297 0366

sähköposti: kaisa.hautakoski@alajarvi.fi

Opinto-ohjelma 2026–2027

Järvi-Pohjanmaan kansalaisopiston lukuvuoden 2026–2027 opinto-ohjelma löytyy myös nettiosoitteesta: <https://uusi.opistopalvelut.fi/jarvipohjanmaa/fi/>

Kursseille ilmoittautuminen

Kansalaisopiston kursseille ilmoittautuminen alkaa keskiviikkona 26.8.2026 klo 7.00.

Kurssille voit ilmoittautua

- internetissä: <https://uusi.opistopalvelut.fi/jarvipohjanmaa/fi/>

- puhelimitse 044–297 0310 tai 044–297 0311 tai 044-297 0490



HUOM! Ilmoittautua ei voi tekstiviestillä, ei puhelinvastajaan eikä sähköpostilla. Kurssit täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä.

HUOM! Kaikille kursseille tulee ilmoittautua ennen kurssin alkua. Jos tulet mukaan kurssille alkamisajankohdan jälkeen, on ilmoittautuminen tehtävä ennen osallistumista.

Ilmoittautuessasi kurssille sitoudut aina samalla maksamaan kurssimaksun. Katso myös kohta "Ilmoittautumisen ja kurssin peruutus".

Kursseille kannattaa ilmoittautua heti, kun ilmoittautuminen alkaa. Jos kursseille otettavien määrää joudutaan rajoittamaan, 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:

0001 ILMOITTAUTUMISEN HARJOITTELU

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

Ilmoittautumisen ja kurssin peruutus

Maksuttoman peruutuksen kurseille voi tehdä viimeistään 4 (neljä) arkipäivää ennen kurssin alkua ilmoittamalla siitä opiston toimistoon puhelimitse. Voit tehdä peruutuksen nettiohjelman kautta, jos olet antanut ilmoittautuessasi toimivan sähköpostiosoitteen. **Jos peruutus tehdään alle 4 arkipäivää ennen kurssin alkua, laskutamme kurssimaksusta 50%, vähintään 15 euroa.** 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 kurseille 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.

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 ottamalla huomioon toimistomaksu 15 €. Jos kurssit keskeytyvät opistosta tai opettajasta johtumattomasta, pakottavasta syystä, päättää sivistyslautakunta erikseen palautettavista kurssimaksuista.

Kurssimaksujen laskutus

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

Käteis- ja korttimaksuja otetaan vastaan ainoastaan opiston toimistossa.

Kurssin maksaminen kulttuuri- ja liikuntaeduilla

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

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

- SmartumPay
- ePassi (Sportti- ja KulttuuriPassi)

Ilmoittautumisen yhteydessä voi joidenkin kurssien kurssimaksun maksaa suoraan järjestelmässä henkilöstöeduilla. Tällöin kurssimaksu pitää suorittaa kokonaan. Jos saldo ei riitä, voit lisätä omaa rahaa sekä ePassiin että Smartumiin. Voit myös käydä maksamassa toimistolla, jolloin loppuosan voi maksaa käteisellä tai pankkikortilla.

Henkilöstöetumaksuja otetaan vastaan vain 2 viikon ajan kurssin alkamisesta.

Emme palauta rahaa liikunta- ja kulttuuriedusta. Perumistilanteissa palveluntarjoajat palauttavat rahat omien käytäntöjensä mukaan tai kansalaisopisto antaa alennuksen seuraavasta mahdollisesta kurssista.

Opintoseteliavustus

Opetushallitus on myöntänyt Järvi-Pohjanmaan kansalaisopistolle valtionavustusta vuodelle 2026. Avustus kohdennetaan:

- kehitysvammaisille suunnattujen Kivat-kurssien kurssimaksuihin ja maahanmuuttajille suomen kielen opetuksen kurssimaksuihin (kotikunta Suomessa, ei turvapaikanhakija)
- pitkäaikaistyöttömille kaikille kursseille todistamalla työnhaun ja työttömyyden voimassaolo kurssin alkaessa (alennus 20 €).
- kokonaan eläkkeellä oleville erikseen mainituille kursseille (alennus 10 €). Kurssit on merkitty painetussa esitteessä ja nettiohjelmassa logolla 

Kokonaan eläkkeellä olevien ja pitkäaikaistyöttömien opintoseteliavustusta haetaan ilmoittautumisen yhteydessä sähköisessä järjestelmässä tai puhelimitse. **Sama henkilö voi saada vain yhden alennuksen.** Avustusta on rajoitettu määrä (max 100 opiskelijaa) ja se jaetaan anomisjärjestyksessä. Saadaksesi alennuksen **tee ”ilmoittautuminen” kurssille 0002 OPINTOSETELIANOMUKSET puhelimitse tai netin kautta.** **Jos ilmoittaudut puhelimitse, muista mainita oikeutesi opintosetelialennukseen.**

Kaikukortti – Kulttuuria kaikille

Valtakunnallinen Kaikukortti-järjestelmä on kansalaisopistossamme käytössä. Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue myöntää ja luovuttaa kortteja. Kaikukortin saajan tulee olla sosiaali- ja terveysalan toimijan asiakas (HVA, etsivä nuorisotyö), heikossa taloudellisessa tilanteessa ja yli 16-vuotias. Kortin haltijalla ei voi olla muita Kaikukorttiin verrattavia etuuksia rinnakkain, esimerkiksi erityisryhmien uinti- ja kuntosalikorttia tai kansalaisopiston opintoseteliavustusta.

Kaiku-kortilla voi osallistua kahdelle normaalihintaiselle kurssille tai tapahtumaan ilman kurssimaksua. Etuus ei koske yksilöopetusta eikä taiteen perusopetusta kuvataidekoulu Eerossa. Kaikukortti ei kata materiaalmaksuja.

Jos ilmoittaudut kurssille tai tapahtumaan verkossa, ota kurssi ostoskoriin ja vastaa kysymykseen ”Lisätietoja?” Kaikukortti. Ilmoittautuessasi puhelimitse tai toimistolla, kerro olevasi Kaikukortin haltija. **Käy pian ilmoittautumisen jälkeen näyttämässä Kaikukorttisi opiston toimistolla, ota mukaan myös henkilöllisyystodistus.**

Materiaalimaksut

Kirjat ja muut henkilökohtaiset opiskelutarvikkeet, mm. työaineet, kukin opiskelija hankkii ja kustantaa itse. Opintopiirissä jaettavista mv-monisteista ei laskuteta opiskelijoita, jos monisteita jaetaan enintään 10 kpl / opiskelija. Tämän määrän ylittävien monisteiden hinta on 0,50 €/mv-moniste ja 0,70 €/värimoniste.

Lukuvuoden 2026 - 2027 työajat

Taiteen perusopetus (kuvataidekoulu Eeron opetus)

Syystyökausi: 31.09. – 11.12.2026

Syysloma: 12.10. – 16.10.2026

Kevätyökausi: 11.01. – 14.05.2027

Talviloma: 01.03. – 05.03.2027

Muu opetustoiminta

Syystyökausi: 07.09. – 27.11.2026

Syysloma: 12.10. – 16.10.2026

Kevätyökausi: 11.01. – 23.04.2027

Talviloma: 01.03. – 05.03.2027

Loma-aikoina ei ole opetusta, ellei jonkin opintoryhmän osalta ole muuta erikseen sovittu. Varsinaisen työkauden ulkopuolelle ajoittuu yksittäisiä kursseja.

Todistukset

Opiskelija voi pyynnöstä saada osallistumistodistuksen opinnoistaan. Todistus on ilmainen viimeisen lukuvuoden osalta. Vanhemmista todistuksista peritään 5 €/ lukuvuosi + 2,50 € postituskulut. Yli 10 vuotta vanhemmista opinnoista ei anneta todistusta.

Opetustilat

Käytettävät opetustilat ilmenevät kunkin kurssin esittelyn yhteydessä.

Tiedottaminen

Opisto tiedottaa toiminnastaan, uudesta opetuksestaan ja ohjelmaan tulevista muutoksista tämän esitteen lisäksi paikallislehtien opisto- ja toimintapalstoilla sekä opiston omilla [kotisivuilla](#) Alajärven kaupungin sivustolla. Tarvittaessa tiedottamisessa käytetään myös lehti-ilmoituksia. Järvi-Pohjanmaan kansalaisopiston ja kuvataidekoulu Eeron löydät myös Instagramista ja Facebookista.

Vakuutukset

Opisto ei ole erikseen vakuuttanut opiskelijoitaan, mutta ylläpitäjän eli Alajärven kaupungin normaalit vakuutukset ovat voimassa kansalaisopiston opetussuunnitelman mukaisessa 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.

Kansalaisopiston kursseilla vahvistusta työttömille ja työelämän ulkopuolella oleville työkäisille

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. Opisto tekee yhteistyötä Kympin työllisyysalueen kanssa. ”TÄYDEN KYMPIN SIVISTYSTÄ” -hankkeessa rakennetaan pysyvää arjen yhteistyömallia alueen neljän kansalaisopiston ja Kympin työllisyysalueen välille. Työelämätaitojen päivityksellä luodaan modulaarinen ”Kymppi-palvelutarjotin”, joka sisältää lyhyitä, osaamisperusteisia työelämätaidokoulutuksia kuten digi- ja kielikoulutusta sekä erilaisia elämänhallintataitoja.



Järvi-Pohjanmaan kansalaisopiston 60 v -juhlavuosi on vuosi 2026.

Juhlan kunniaksi opisto tarjoaa yleisluentoja eri aiheista.

Yleisluennot ovat ilmaisia tapahtumia, joihin ei tarvitse ilmoittautua. Tervetuloa kuuntelemaan!

AIVOTERVEYS, Minna Huhtamäki-Kuoppala, erityissairaanhoitaja, Etelä-Pohjanmaan Muistiyhdistyksen toiminnanjohtaja

Tiistai 15.9.2026 klo 18–19.30, Alajärvi-sali, Kaupintie 7, Alajärvi

Aivoterveys edistäminen ja muistisairaudet -yleisöluento tarjoaa ajankohtaista ja käytännönläheistä tietoa siitä, miten aivojen hyvinvointia voi tukea arjessa. Luennolla käydään läpi muistisairauksien yleisimpiä muotoja, riskitekijöitä ja varhaisia oireita sekä sitä, milloin hakeutua tutkimuksiin. Saat vinkkejä aivoterveys edistämiseen. Luento sopii kaikille aiheesta kiinnostuneille, omaisille ja ammattilaisille, jotka haluavat ymmärtää aivoterveys edistämistä ja saada perustietoa muistisairauksista.

VATSAHAASTEET JA RAVITSEMUS, Amanda Ahonen, ravitsemusterapeutti

Keskiviikko 24.9.2026 klo 18–19, Alajärven kaupunginkirjasto

* Onko sinulla vatsakipuja, ummetusta tai vessassa täytyy käydä turhan usein? Ravitsemusterapeutti kertoo vinkit, joita kokeilla, jos vatsa temppuilee.

UNI JA PALAUTUMINEN, Sami Tynjälä, hyvinvointivalmentaja, Kuortaneen urheiluopisto

Tiistaina 27.10.2026 klo 18–19.30, Alajärvi-sali, Kaupintie 7, Alajärvi

* Arki haastaa jaksamistamme monella tavalla. Hyvinvoinnin perustana onkin hyvä uni ja riittävä palautuminen. Mutta kuinka voi itse vaikuttaa uneen? Luennolla saat tietoa riittävän unen ja palautumisen vaikutuksista sekä vinkkejä oman palautumisen parantamiseksi.

EU:n uusi suunta: turvallisuus ja kilpailukyky politiikan ajureina, Eeli Salmela, Etelä-Pohjanmaan EU-tietokeskus

* Torstai 29.10.2026 klo 16.15 – 17.15, Alajärven kaupunginkirjasto

* Torstai 29.10.2026 klo 18 – 19, Vimpelin kirjasto

* Kuinka EU pyrkii vastaamaan ajan haasteisiin vahvistamalla maanosamme kilpailukykyä ja turvallisuutta. Luento sopii kaikille yhteiskunnallisista asioista kiinnostuneille, eikä aiempaa perehtyneisyyttä EU-asioihin tarvita.

MUISTIKUMMI -TUOKIO, Päivi Jussila, muistineuvoja, sosionomi (amk)

Tiistai 16.3.2027 klo 18–19.30, Alajärvi-sali, Kaupintie 7, Alajärvi **(päivä korjattu!)**

* Muistikummi-tuokio tuo esiin ymmärryksen muistisairauksista ja niiden laadusta, avaimia omaan oppimiseen esim. vuorovaikutukseen muistisairaiden kanssa olemiseen liittyen, mutta myös tietoa sairauksista ja niiden eroista, etenemisestä ja hoidosta. Tuokioissa oivalletaan tärkeitä asioita muistisairauksista ja miten kohdata muistisairas ihminen arvostavasti ja lämpimästi.



TAITEEN PERUSOPETUS

Kuvataidekoulu EERO

Kuvataidekoulu antaa opetussuunnitelmaan perustuvaa taiteen perusopetusta lapsille ja nuorille. Opintojen suorittamisesta annetaan kuvataidekoulun päättötodistus.

Ilmoittautuminen kuvataidekouluun on alkanut jo toukokuussa, mutta vapaita paikkoja löytyy vielä useista ryhmistä.

Valmentava opetus (5–6 -vuotiaat) 40 t.

Ryhmässä piirretään, maalataan ja muovailaan erilaisilla välineillä ja materiaaleilla. Tehtäviin, välineisiin ja tekemiseen tutustutaan usein leikin ja tarinoiden kautta. Opinnot eivät sisälly taiteen perusopetuksen yleisiin opintoihin.

Perusopetus I (7–9 -vuotiaat) 60 t/lv.

Ryhmässä tutustutaan erilaisiin piirtimiin; lyijykynä, hiili, tussi. Kokeillaan grafiikkaa. Maalaamisessa käytetään vesivärejä, peitevärejä ja akryylivärejä. Muotoilussa käytössä savi ja erilaiset massat. Myös kierrätysideat huomioidaan työskentelyssä. Tavoitteena luoda oppilaalle hyvä pohja kuvataiteen alkuun sekä antaa iloa ja kokemuksia luovuudesta. Mukana ripaus taidehistoriaa.

Perusopetus II (10–12 -vuotiaat) 60 t/lv.

Oppimisessa edetään kuvataiteen eri osa-alueisiin. Leikkimielisyys ja luovuus kulkevat edelleen käsi kädessä tekniikan, 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 valokuvataan.

Periodipaja (4 vuotta perusopintoja opiskelleet) perusopetusta 60 t ja työpajaopetusta 30 t.

Ryhmässä työskennellään perusopetusta pidemmissä jaksoissa. Hiotaan teknisiä taitoja silti säilyttäen oma luovuus. Piirretään lyijykynällä ja muilla piirtimillä, maalataan vesi- ja akryylivärein, tehdään veistoksia kierrätysmateriaaleista. Mukana muovailua ja valokuvausta.

Työpajat I -II

Ryhmässä keskitytään aiemmin opittujen taitojen ja kuvallisen ajattelun syventämiseen.

Työpaja I 90 t/lv. Ryhmässä työskennellään suurelta osin ohjatusti ja tehtävissä on tavoitteena oman osaamisen ja oivaltamisen kehittäminen. Tekniikat vaihtelevat eri välineillä piirtämisestä maalaamiseen. Valokuvausta käytetään työskentelyn tukena.

Vanhemmille kuvataidekoululaisille tarkoitetuissa **Työpaja II-ryhmissä, 90 t/lv.,** työskennellään osittain itsenäisesti. Opetuksessa rohkaistaan oppilasta omaan kuvalliseen ajatteluun ja ilmaisuun. Tehdään tavoitteellisia tekniikkaharjoituksia. Syyslukukausi aloitetaan piirtämällä. Aiemmin opittujen tekniikoiden lisäksi mukaan tulee öljyvärimaalaus.

Kuvataidekoulussa on lukuvuonna 2026–2027 seuraavat kurssimaksut:

Valmentava opetus	85,00 €
Perusopetus I	100,00 €
Perusopetus II	105,00 €
Periodipaja ja työpajat	135,00 €
Kurssimaksu sisältää opetuksessa käytettävät materiaalit.	

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



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

Alajärven koulukeskus, kuvataideluokka,
Kaupintie 7
Kaisa Hautakoski
Ma 15.30–16.30
31.8.–7.12.2026, 11.1.–10.5.2027
85,00 €, enintään 8 osallistujaa

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

Alajärven koulukeskus, kuvataideluokka,
Kaupintie 7
Kaisa Hautakoski
To 16.00–17.30
3.9.–10.12.2026, 14.1.–13.5.2027
100 €, enintään 12 osallistujaa

1103113 KUVATAIDEKOULU, PERUSOPETUS I-II

Alajärven koulukeskus, kuvataideluokka,
Kaupintie 7
Opettaja avoin
Ke 18.00–19.30
2.9.–9.12.2026, 13.1.–5.5.2027
Perusopetus I -ikäiset 100 €, perusopetus II -
ikäiset 105 €, enintään 12 osallistujaa. Yhdistetty
perusopetus I-II ryhmä.

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

Alajärven koulukeskus, kuvataideluokka,
Kaupintie 7
Kaisa Hautakoski
To 17.45–19.15
3.9.–10.12.2026, 14.1.–13.5.2027
105 €, enintään 12 osallistujaa

**1103123 KUVATAIDEKOULU,
PERIODIPAJA/TYÖPAJA**

Alajärven koulukeskus, kuvataideluokka,
Kaupintie 7
Kaisa Hautakoski
Ma 16.45–19.15
31.8.–10.12.2026, 11.1.–10.5.2027
135 €, enintään 14 osallistujaa



1103201 KUVATAIDEKOULU, PERUSOPETUS I-II

Taimelan koulu, kuvataideluokka, Koulutie 5,
Lehtimäki
Opettaja avoin
Ke 15.15–16.45
2.9.–9.12.2026, 13.1.–5.5.2027
100 € / 105 €, enintään 12 osallistujaa

**1103301 KUVATAIDEKOULU, VALMENTAVA
OPETUS, PERUSOPETUS I-II JA PAJAT**

Soinin yhtenäiskoulu, kuvataideluokka, Koulutie 1
Veera Tamminen
Ma 16.00–18.30
31.8.–7.12.2026, 11.1.–10.5.2027
85 €, 100 €, 105 €, 135€, enintään 12 osallistujaa

HUOM! Valmentavat kokoontuvat klo 16.00-
17.00, Perusopetus 1 ja 2 klo 16.00-17.30 ja
Periodipaja/työpajat kokoontuvat klo 16.00-
18.30

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

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 1, Aapiskuja
15, Vimpeli
Kaisa Hautakoski
Ke 15.00–16.00
2.9.–9.12.2026, 13.1.–5.5.2027
85 €, enintään 10 osallistujaa

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

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

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 1, Aapiskuja
15 Vimpeli

Kaisa Hautakoski

Ti 16.00–17.30

1.9.–8.12.2026, 12.1.–4.5.2027

100 €, enintään 12 osallistujaa

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

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 1, Aapiskuja
15, Vimpeli

Kaisa Hautakoski

Ti 17.45–19.15

1.9.–8.12.2026, 12.1.–4.5.2027

105 €, enintään 12 osallistujaa



1103404 KUVATAIDEKOULU, PERIODIPAJA

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 1, Aapiskuja
15, Vimpeli

Lea Kinnunen

To 17.00–19.30

3.9.–10.12.2026, 14.1.–13.5.2027

135 €, enintään 14 osallistujaa

1103405 KUVATAIDEKOULU, TYÖPAJA I

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 1, Aapiskuja
15, Vimpeli

Kaisa Hautakoski

Ke 16.30–19.00

2.9.–9.12.2026, 13.1.–12.5.2027

135 €, enintään 14 osallistujaa

KUVATAITEET

1103140 MAALAUKSEN MAHDOLLISUUDET ALAJÄRVI

Alajärven koulukeskus, kuvataideluokka,

Kaupintie 7

Elina Försti

Ti 17.15–20.30

15.9.–8.12.2026, 12.1.–6.4.2027

Tunteja 56, 60,00 €, enintään 12 osallistujaa

Maalauksen mahdollisuudet on pastelli-, öljyväri-

ja akryylimaalauksen peruskurssi, joka soveltuu

niin aloittelijalle kuin pidempään maalausta

harrastaneelle. Kurssilla maalataan asetelmia ja

oppilaiden omia aiheita. Tarkempi

kurssisuunnitelma tehdään ensimmäisellä

kokoontumiskerralla oppilaiden toiveiden

mukaan. Erityisenä painopisteenä on

havaintomaalaus, jossa keskitytään tutkimaan

värien vuorovaikutusta. Kurssin aikana on myös

mahdollisuus tehdä väriopin sekoitusharjoituksia

opettajan johdolla. Harjoitellaan värien

sekoittamista, murtamista ja taittamista Ittenin ja

Alberssin värioppien mukaan. Ensimmäiselle

kokoontumiskerralle mukaan piirustusvälineet,

lyijykyniä ja paperia.

1103160 GRAFIikka

Alajärven koulukeskus, kuvataideluokka,

Kaupintie 7

Pirkko Ogawa

To 16.30–20.00

17.9.–26.11.2026, 14.1.–18.3.2027

Tunteja 28, 43,00 €, enintään 12 osallistujaa

Tule tekemään taidetta painamalla. Kurssilla

tutustut perinteisiin ja uudempiin grafiikan

painomenetelmiin. Kurssi sopii vasta-alkajille ja

pidempään grafiikkaa tehneille.

Kokoontumiskerrat Alajärven kirjaston atk-

luokassa. Materiaaleja voi ostaa opettajalta.

Mukaan omat luonnosteluvälineet (kyniä,

paperia), esiliina tai muu suojavaate,

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

kumihansikkaat ja maski.



1103161 GRAFIIKAN LAUANTAIT: GRAFIIKAN LYHYTKURSSI

Alajärven koulukeskus, kuvataideluokka

Kaupintie 7

Elina Försti

La 10.00–16.00

12.9.–24.10.2026

Tunteja 14, 26,00 €, enintään 12 osallistujaa
Grafiikan lauantait -taidekurssilla tutustutaan kartonkigrafiikan mahdollisuuksiin. Panolaattana käytetään kierrätysmateriaaleja, kuten foliopintaisia mehupurkkeja tai foliopintaisia einespakkausten pahvikansia. Teokset vedostetaan grafiikanprässillä. Painojälki muistuttaa perinteistä viivasyövytys-/akvatintatekniikkaa. Tule tekemään vaikka persoonalliset joulu- tai onnittelukortit kartonkigrafiikkana!

Materiaalimaksu n 10e/ osallistuja. Kurssi soveltuu sekä vasta-alkajille, että jo pidempään kuvataidetta harrastaneille, kuitenkin yli 12-vuotiaille.

1103164 KUVIA VÄINÖLÄSTÄ

Villa Väinölä, Väinöntie 4 Alajärvi

Ritva Lindberg

Su 11.30–17.30

Kurssi pidetty 2.8.2026

1103240 KUVATAIDEPIIRI

Taimelan koulu, kuvataideluokka, Koulutie 5

Lehtimäki

Tarja Pukkio

To 17.30–20.45

10.9.–19.11.2026, 14.1.–22.4.2027

Tunteja 56, 60,00 €, enintään 12 osallistujaa

Tervetuloa ennakoluulottomasti kokeilemaan piirtämistä ja maalausta sekä tutustumaan eri taiteilijoiden tyyleihin.

"Jokainen, joka osaa vetää viivan paperille, osaa piirtää ja jokainen, jolla pysyy sivellin kädessä, osaa maalata." Ensimmäiselle kerralle mukaan piirustuslehtiö ja kyniä. Lisätietoja Tarjalta p. 0500 626660.

1103241 AKVARELLIMAALAUKSEN KESÄKURSSI

Lehtimäki, Paikka ilmoitetaan myöhemmin

Tarja Pukkio

La 12.00–17.00, Su 12.00–17.00

12.–13.6.2027

Tunteja 12, 24,00 €, enintään 12 osallistujaa

Kaksipäiväinen akvarelli- eli vesivärimaalauksen kurssi, joka sopii niin aloittelijoille kuin aikaisemmin harrastaneille. Maalataan sään salliessa ulkona. Mukaan vesivärit, siveltimiä, lyijykynä, akvarellipaperia (n. A4 tai A3 kokoa) sekä luonnoslehtiö, maalarinteippiä, 2 purkkia vedelle ja eväät. Mukaan voi ottaa myös retkituolin ja -pöydän. Tarvikkeita ja lisätietoa voi kysellä Tarjalta: 0500626660.

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

1103425 KUVATAIDE - RENNOSTI TREENATEN

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 2, Aapiskuja
15, Vimpeli

Ritva Lindberg

To 16.30–19.45

17.9.–26.11.2026, 21.1.–15.4.2027

Tunteja 52, 58,00 €, enintään 14 osallistujaa

Työskentely aloitetaan lyijykynätreenillä.

jatketaan värien maailmaan. Kurssi painottuu
akvarellimaalaukseen, mutta on mahdollista
työskennellä myös muilla tekniikoilla. Mennään
rennolla otteella, omia tavoitteita unohtamatta.
Lisätietoja Ritvalta puh. 040-8447017.

Ota ensimmäisellä kerralla mukaan HB, B2, B4 ja
B6 lyijykynät ja A3 piirustuspaperia.

Kurssi kokoontuu joka toinen viikko.



1103450 MAALAUKSEN MAHDOLLISUUDET VIMPELI

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 2, Aapiskuja
15, Vimpeli

Elina Försti

Ti 12.45–16.00

15.9.–8.12.2026, 12.1.–6.4.2027

Tunteja 56, 60,00 €, enintään 12 osallistujaa

Maalauksen mahdollisuudet on pastelli-, öljyväri-
ja akryylimaalauksen peruskurssi, joka soveltuu
niin aloittelijalle kuin pidempään maalausta
harrastaneelle. Kurssilla maalataan asetelmia ja
oppilaiden omia aiheita. Tarkempi

kurssisuunnitelma tehdään ensimmäisellä
kokoontumiskerralla oppilaiden toiveiden
mukaan. Erityisenä painopisteenä on
havaintomaalaus, jossa keskitytään tutkimaan
värien vuorovaikutusta. Kurssin aikana on myös
mahdollisuus tehdä väriopin sekoitusharjoituksia
opettajan johdolla. Harjoitellaan värien
sekoittamista, murtamista ja taittamista Ittenin ja
Alberssin värioppien mukaan. Ensimmäiselle
kokoontumiskerralle mukaan piirustusvälineet,
lyijykyniä ja paperia.

MUSIIKKI

Soitinmusiikki, yksilöopetus

1101102 PIANONSOITTO A

Järvikadun musiikkitali, Järvikatu 5, Alajärvi
Arta Gutmane-Hautala

Ti 13.00–18.00

8.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

75,00 €/140,00 €, enintään 6 osallistujaa

Kurssi sopii eri ikäisille ja tasoisille soittajille.

Mahdollisuus soittaa klassista sekä
toivekappaleita ja säestyksen perusteita. Kullekin
oppilaalle soittoajaksi varataan 15 minuuttia. Jos
vapaita paikkoja jää, on mahdollisuus myös 30
minuutin soittoaikaan. Kurssimaksu on tällöin
140 €.

1101103 PIANONSOITTO B

Järvikadun musiikkitali, Järvikatu 5, Alajärvi
Arta Gutmane-Hautala

To 13.00–16.00

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

75,00 €/140,00 €, enintään 12 osallistujaa

Kurssin sisältö sopii eri ikäisille ja tasoisille

soittajille. Mahdollisuus soittaa klassista sekä
toivekappaleita ja säestyksen perusteita. Kullekin
oppilaalle soittoajaksi varataan 15 minuuttia. Jos

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

vapaita paikkoja jää, on mahdollisuus myös 30 minuutin soittoaikaan. Kurssimaksu on tällöin 140 €.

1101104 PIANONSOITON ALKEET LAPSILLE JA NUORILLE

Alajärven koulukeskus, musiikkiopiston tilat
Meeri Pesu

Ti 16.30–18.30

8.9.–24.11.2026, 12.1.–20.4.2027

75,00 €/140,00 €, enintään 8 osallistujaa

Pianonsoiton alkeisiin tutustumista. Kurssilla edetään yksilöllisesti jokaisen oppilaan kanssa. Kullekin oppilaalle soittoajaksi varataan 15 minuuttia. Jos vapaita paikkoja jää, on mahdollisuus myös 30 minuutin soittoaikaan. Kurssimaksu on tällöin 140 €.



1101201 PIANONSOITTO, Lehtimäki

Taimelan koulu, musiikkiluokka, Koulutie 5,
Lehtimäki

Arta Gutmane-Hautala

Ma 13.10–15.30

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

75,00 €/140,00 €, enintään 6 osallistujaa

Pianonsoiton yksilöopetusta. Mahdollisuus soittaa klassista, mutta mukaan voidaan ottaa myös kevyempää ohjelmistoa, esim. omia toivekappaleita tai vapaan säestyksen perusteita. Tehdään myös aikataulun puitteissa tekniikkaharjoituksia. Voi aloittaa myös alkeista.

Halutessasi voit ottaa omia nuotteja mukaan jo ensimmäiselle tunnille. Kurssimaksu 75 € (15 min) ja 140 € (30 min)

1101301 PIANONSOITTO, Soini

Soinin yhtenäiskoulu, musiikkiluokka, Koulutie 3
Arta Gutmane-Hautala

Ma 16.00–17.00

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

75,00 €/140,00 €, enintään 6 osallistujaa

Pianonsoiton yksilöopetusta. Mahdollisuus soittaa klassista, mutta mukaan voidaan ottaa myös kevyempää ohjelmistoa, esim. omia toivekappaleita tai vapaan säestyksen perusteita. Tehdään myös aikataulun puitteissa tekniikkaharjoituksia. Voi aloittaa myös alkeista. Halutessasi voit ottaa omia nuotteja mukaan jo ensimmäiselle tunnille

Kurssimaksu 75 € (15 min) ja 140 € (30 min)

1101109 VIULUNSOITON ALKEET

Alajärven koulukeskus, musiikkiopiston tilat
Meeri Pesu

Ke 16.30–18.30

9.9.–25.11.2026, 13.1.–21.4.2027

140,00 €, enintään 4 osallistujaa

Viulunsoiton alkeisiin tutustumista. Kurssilla edetään yksilöllisesti jokaisen oppilaan kanssa. Soittotunnin pituus on 30min. Oma soitin on välttämätön.

1101405 VIULUNSOITTO

Vimpelin yhteiskoulu, Opintie 29

Satu Lumiaho

Ke 14.30–17.30

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

140,00 €, enintään 6 osallistujaa

Viulunsoiton opetusta kaikenikäisille ja -tasoisille soittajille. Opetuskerran kesto 30 min. Tuntien ajat sovitaan opettajan kanssa, puh. 045-1141266.

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

1101401 PIANONSOITTO, Vimpeli

Vimpelin yhteiskoulu, Opintie 29

Kati Koskinen

Ti 18.00–20.00

8.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

75,00 €/140,00 €, enintään 7 osallistujaa

Kullekin oppilaalle soittoajaksi on varattu 15 minuuttia. Jos vapaita paikkoja jää, on mahdollisuus myös 30 minuutin soittoaikaan. Kurssimaksu on tällöin 140 €. Jos jäät ilman paikkaa, ota varapaikka. Tunteja saatetaan lisätä toiselle päivälle. Kokoontuu musiikkiluokassa.

1101205 RUMMUT HOISKON KOULU

Hoiskon koulu, musiikkiluokka, Koulupolku 8

Senni Hauta-aho

Ke 13.00–19.45

9.9.–2.12.2026, 13.1.–21.4.2027

140,00 €, enintään 8 osallistujaa

Rumpujensoiton yksilöopetusta Hoiskon koululla tai etänä omalta tietokoneelta ja rumpusetiltä käsin. Tunnit ovat avoimia kaiken ikäisille ja tasoisille, eikä aiempaa kokemusta rummuista vaadita. Tunnit räätälöidään oppilaan taitotason ja musiikkimieltymysten mukaan kullekin sopiviksi. Oppilaalle soittoajaksi varataan 45 minuuttia. Kokoontumiset joka toinen torstai, 7 kertaa syyskaudella ja 8 kevätkaudella. Tunneille voi ottaa mukaan omat kapulat ja kuulosuojaimet. Harjoituspadin hankkiminen ei ole pakollista, mutta suositeltavaa. Ensimmäiselle tunnille voi tulla ilman tarvikkeita, ohjeita niiden hankkimiseen saa opettajalta.



1101206 RUMMUT TAIMELAN KOULU

Taimelan koulu, musiikkiluokka, Koulutie 5, Lehtimäki

Senni Hauta-aho

To 14.15–

10.9.–3.12.2026, 14.1.–22.4.2027

140,00 €, enintään 8 osallistujaa

Rumpujensoiton yksilöopetusta Taimelan koululla tai etänä omalta tietokoneelta ja rumpusetiltä käsin. Tunnit ovat avoimia kaiken ikäisille ja tasoisille, eikä aiempaa kokemusta rummuista vaadita. Tunnit räätälöidään jokaisen oppilaan taitotason ja musiikkimieltymysten mukaan kullekin sopiviksi.

Kullekin oppilaalle soittoajaksi varataan 45 minuuttia. Kokoontumiset joka toinen torstai, 7 kertaa syyskaudella ja 8 kevätkaudella.

Tunneille voi ottaa mukaan omat kapulat ja kuulosuojaimet. Harjoituspadin hankkiminen ei ole pakollista, mutta suositeltavaa. Ensimmäiselle tunnille voi tulla ilman tarvikkeita, ohjeita niiden hankkimiseen saa opettajalta.



1101210 HARMONIKANSOITTO, YKSILÖOPETUS

Taimelan koulu, luokkatila, Koulutie 5, Lehtimäki

Heikki Jokiahho

To 17.15–18.45

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

75,00 €/ 140,00 €, enintään 5 osallistujaa

Harmonikan soiton opettelu yksilöllisesti. Musiikin teoriaa. Kullekin opiskelijalle varataan aikaa 15 min/kerta. Jos vapaita paikkoja jää, on mahdollisuus myös 30 minuutin soittoaikaan.

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Soitinopetus, ryhmäopetus

1101111 KITARARYHMÄ

Alajärven koulukeskus, musiikkiluokka D7,

Kaupintie 7

Urmas Peräsalo

Ma 17.00–17.45

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Tunteja 24, 50,00 €, enintään 6 osallistujaa

Kurssilla opiskellaan erityylisten kappaleiden säestämistä soinnuilla, näppäilyllä, bassosävelillä ja melodian soitolla. Kurssilla muodostetaan kitaraorkesteri, jossa kullakin soittajalla on oma tehtävänsä.

1101211 PELIMANNIT, YHTEISSOITTO

Taimelan koulu, luokkatila, Koulutie 5 Lehtimäki

Heikki Jokiaho

To 19.00–20.30

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 50, 56,00 €, enintään 14 osallistujaa

Yhteissoittoharjoituksia ja ohjelmiston rakentamista.



1101310 BÄNDISOITTO, AIKUISET

Soinin yhtenäiskoulu, musiikkiluokka, Koulutie 3
Jarkko Järvenpää

Su 14.00–17.00

20.9.–29.11.2026, 17.1.–25.4.2027

Tunteja 52, 58,00 €, enintään 9 osallistujaa

Kurssilla soitamme opettajan valitsemia oppilaiden taitoihin ja musiikkimakuun soveltuvia kappaleita. Kokoontumiskerrat (noin joka 2.

viikko) sovitaan kurssilla ja päivittyvät kalenteriin myöhemmin. Ensimmäinen kokoontuminen 20.9.2026 klo 13-16.

Opetus luokassa 16.

Ilmoittautuessasi kirjoita Lisätietoa asiakkaasta - kohtaan soitin tai soittimet, jota haluaisit kurssilla soittaa.

1101410 PURONMUTKAN MUSIIKKIRYHMÄ

Puronmutkan palvelutalo/toimintakeskus,

Jäykäntie 1, Vimpeli

Satu Lumiaho

Ti 9.30–10.30

12.1.–13.4.2027

Tunteja 17,29, 30,00 €, enintään 10 osallistujaa

Soitetaan, lauletaan ja kuunnellaan musiikkia.

Laulu ja kuorot

1101145 YKSINLAULU A, Alajärvi

Järvikadun musiikkitali, Järvikatu 5, Alajärvi

Irina Savosko

Ma 12.45–19.00

14.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

180,00 €, enintään 11 osallistujaa

Yksinlaulun perusteita, äänenmuodostuksen ja äänen käytön valmennusta.

Kullekin kurssilaiselle on varattu opetusta 24 kertaa 30 min/lukuvuosi. Kurssi kokoontuu opettajan antaman aikataulun mukaisesti.

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

1101147 YKSINLAULU B, Alajärvi

Järvikadun musiikkitali, Järvikatu 5

Anna-Liisa Mäntyniemi-Kylander

Ke 15.30–19.15, To 15.30–19.15

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

9.9.–26.11.2026, 13.1.–15.4.2027

180,00 €, enintään 14 osallistujaa

Ohjelmisto valitaan oppilaan kanssa yhdessä.

Tunneilla harjoitellaan laulu- ja hengitystekniikkaa, äänenhuoltoa, tulkintaa ja esiintymistä. Tavoitteena on löytää jokaisen oma yksilöllinen ja luonnollinen ääni sekä laulamisen helppous.

Kullekin kurssilaiselle on varattu opetusta 24 kertaa 30 min/lukuvuosi. Kurssi kokoontuu opettajan antaman aikataulun mukaisesti.

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

Opetusta mahdollista saada myös karaokeavusteisesti.

1101245 YKSINLAULU, Lehtimäki

Taimelan koulu, Koulutie 5, Lehtimäki

Eeva-Liisa Kolonen

To 17.30–19.30

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

180,00 €, enintään 6 osallistujaa

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

1101345 YKSINLAULU, Soini

Soinin yhtenäiskoulu, Koulutie 1, Soini

Eeva-Liisa Kolonen

To 15.30–16.30

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2026

180,00 €, enintään 6 opiskelijaa

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

1101445 YKSINLAULU, Vimpeli

Vimpelin yhteiskoulu, Opintie 29, Vimpeli

Irina Savosko

Ti 13.30–19.00

15.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

180 €, enintään 9 osallistujaa

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

1101140 SEKAKUORO / ALAJÄRVI-KUORO

Alajärven koulukeskus, musiikkiluokka D7,

Kaupintie 7

Urmas Peräsalo

Ti 18.30–20.00

8.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

56 €, enintään 50 osallistujaa

Kuorossa harjoitellaan kolmi- tai neliäänisiä teoksia perinteisemmästä säestyksettömästä musiikista pianolla säestettäviin modernimpiin rytmimusiikin teoksiin. Nuotinlukutaitoa ei

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

tarvitse olla. Myös uudet kuorotoiminnasta kiinnostuneet laulajat ovat tervetulleita mukaan!

1101141 NAISKUORO HETKI

Alajärven koulukeskus, musiikkiluokka D7,

Kaupintie 7

Johanna Valkeinen

Ma 18.00–19.30

21.9.–9.12.2026, 11.1.–12.4.2027

56 €, enintään 50 osallistujaa

Naiskuoro Hetki kokoontuu treeneihin kerran kuussa, mutta harjoittelee itsenäisesti viikoittain opettajan tekemien stemmanauhojen perusteella.



1101440 MIESKUORO / VIMPELIN MIESLAULAJAT

Lakis Areena, Lakeaharjuntie 103, Vimpeli

Olli Uusitupa

Ti 18.30–21.00

8.9.–17.11.2026, 12.1.–6.4.2027

68 €, enintään 40 osallistujaa

Kuorossa laulamisen opetusta, äänen muodostamista ja ohjausta, uusien laulujen opiskelua, esiintymisiä ja konsertteja.



1101341 NAISKUORO TIIMA

Soinin yhtenäiskoulu, Koulutie 3, luokka 23

Johanna Valkeinen

Ke 18.00–19.30

23.9.–9.12.2026, 11.1.–12.4.2027

56 €, enintään 50 osallistujaa

Naiskuoro Tiima kokoontuu treeneihin kerran kuussa, mutta harjoittelee itsenäisesti viikoittain opettajan tekemien stemmanauhojen perusteella.



1101240 LEHTIMÄEN MIESKUORO

Taimelan koulu, musiikkiluokka, Koulutie 5,
Lehtimäki

Marita Jokiahho

Ma 18.00–19.30

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

56 €, enintään 50 osallistujaa

Lauletaan lauluja laidasta laitaan yksi- ja moniäänisesti. Tervetuloa iloiseen porukkaan laulamaan.

KÄDEN TAIDOT, MUOTOILU

Kudonta ja käsityöt

1104101 KANKAANKUDONTA, Makasiini

Kansalaisopiston toimitila, Paavolantie 1, Alajärvi
Minna Kulmala

Ma 14.00–16.30

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

68 €, enintään 14 osallistujaa

Kurssilla opetellaan kankaanrakentamisen eri vaiheita loimien luomisesta alkaen. Kudotaan erilaisia käyttö-, sisustus- ja taidetekstiilejä kurssilaisten toiveiden ja tarpeiden mukaan.

Kurssi on kaikille avoin.

Kurssilla tarvittavat muistiinpanovälineet, sakset, mittanauhan ja erilaisia kuteita. Loimista peritään maksu kulutuksen mukaan.

1104110 KAIKENLAISET KÄSITYÖT

Alajärven koulukeskus, tekstiilityöluokka,
Kaupintie 7

Maija Yli-Hemminki

Ma 17.30–20.00

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

68 €, enintään 16 osallistujaa

Tämä kurssi on jo vuosia osoittautunut kaivatuksi. Jollekin se antaa valitsemassaan työssä tarvittavan tuen tai opetuksen. Jollekin sopivan ajan ja hetken tehdä käsityötä. Joku tulee kurssille seuran takia, toinen ideoiden ja kolmas saadakseen päätökseen keskeneräisiä töitä. Sinä valitset ompeletko, virkkaatko, neulotko, kirjoitko vai vähän kaikkea.

Koululla käytössämme ovat ompelukoneet ja saumurit, samoin silitysvälineet.

1104111 KUDONTA JA KÄSITYÖT, Kurejoki

Alakylän kylätalo, Höykyyläntie 54, Kurejoki
Minna Kulmala

To 14.00–16.30

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

68 €, enintään 14 osallistujaa

Kurssilla opetellaan kankaiden rakentamista ja kudotaan käyttö-, sisustus- ja taidetekstiilejä kurssilaisten toiveiden ja tarpeiden mukaisesti. Mukaan voi tulla myös tekemään muita käsityötä kankaankudonnan lisäksi. Kurssi sopii niin aloittelijoille kuin pidempään harrastaneillekin.

1104112 KUDONTA ja KÄSITYÖT, Levijoki

Levijoen nuorisoseurantalo, Tikkasentie 47,
Alajärvi

Minna Kulmala

Ma 11.30–13.45

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

68 €, enintään 14 osallistujaa

Kurssilla kudotaan käyttötekstiilejä ja tehdään käsityötä, kuten virkkaus-, neule-, solmeilu- ja helmitöitä kurssilaisten toiveiden ja tarpeiden mukaisesti. Kurssi sopii myös aloittelijoille.

1104114 KUDONTA ja KÄSITYÖT, Saukonkylä

Saukonkylän ent. koulu, Saukonkyläntie 108
Minna Kulmala

To 11.00–13.30

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 72, 68,00 € enintään 12 osallistujaa

Kurssilla opetellaan kankaiden rakentamista ja kudotaan erilaisia kodintekstiilejä kurssilaisten toiveiden ja tarpeiden mukaisesti. Mukaan voi tulla tekemään muitakin käsityötä, kuten neuleita tai solmeilua. Kurssi sopii myös aloittelijoille.

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

1104120 KANSALLISPUKUPAJA

Kansalaisopiston toimitila, Paavolantie 1, Alajärvi
Tuula Latomäki

Pe 17.30–20.45

11.9.–27.11.2026, 15.1.–2.4.2027

Tunteja 40, 50,00 €, enintään 12 osallistujaa

Asuuko teillä käyttämätön kansallispuku? Onko se kutistunut komerossa? Tai oletko haaveillut omasta puvusta? Kurssilla opitaan valmistamaan ja korjaamaan kansallispukuja. Voit valmistaa koko puvun tai puvun osia. Kurssi suunniteltu niin vasta-alkajille kuin kokeneemmillekin ompelijoille.

1104121 KÄSSÄKAHVILA, ALAJÄRVI

Kansalaisopiston toimitila, Paavolantie 1, Alajärvi
Tuula Latomäki

Ti 12.30–15.00

8.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

Tunteja 39, 50,00 €, enintään 14 osallistujaa

Kässäkahvilassa tehdään erilaisia käsitöitä toivomusten mukaan.



1104122 OMIA OMMELLEN

Alajärven koulukeskus, tekstiilityöluokka,
Kaupintie 7

Maija Yli-Hemminki

La 10.00–16.00, Su 12.00–16.00

24.–25.10.2026

Tunteja 14, 26,00 €, enintään 10 osallistujaa

Yhtäjaksoinen hetki ompelulle. Voit saapua kurssille vaikka pinin valmiiksi leikattuja ommeltavia mukanas. Yhtälailla voit tulla mukaan opettelemaan jonkin haluamasi tuotteen ompelua, tekemään korjausompeluita. Ideointiin saat myös apua ja tekemiseen tukea.

Opiskelija tuo mukanaan materiaalit, tarvikkeet ja tarvittavat työvälineet. Luokassa käytössämme ovat ompelukoneet ja saumuri. Saumureissa on langat valmiina.

1104123 OMIA OMMELLEN

Alajärven koulukeskus, tekstiilityöluokka,
Kaupintie 7

Maija Yli-Hemminki

La 10.00–16.00, Su 12.00–16.00

13.–14.3.2027

Tunteja 14, 26,00 €, enintään 10 osallistujaa

Yhtäjaksoinen hetki ompelulle. Voit saapua kurssille vaikka pinin valmiiksi leikattuja ommeltavia mukanas. Yhtälailla voit tulla mukaan opettelemaan jonkin haluamasi tuotteen ompelua, tekemään korjausompeluita. Ideointiin saat myös apua ja tekemiseen tukea.

Opiskelija tuo mukanaan materiaalit, tarvikkeet ja tarvittavat työvälineet. Luokassa käytössämme ovat ompelukoneet ja saumuri. Saumureissa on langat valmiina.

1104135 KONENEULONNAN VIIKONLOPPU

Kansalaisopiston toimitila, Paavolantie 1, Alajärvi
Pirjo Huhtakangas

Pe 17.00–19.30, La 10.00–14.30, Su 10.00–14.30

13.–15.11.2026, 21.–24.1.2027

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Tunteja 28,68, 42,00 €, enintään 10 osallistujaa
Opetellaan neulekoneella neulontaa, aloitetaan helpoista töistä. Voidaan tehdä lapaset, sukat, neulepusero tai muuta neulekoneella. Ohjaajalla neulekoneita, joita voidaan käyttää kurssin aikana. Omankin neulekoneen voi ottaa mukaan. Perjantain kurssi-iltana tehdään suunnitelma, mitä kukin haluaa tehdä. Viikonloppuna toteutetaan.

1104171 KAHVIPUSSIKURSSI HAKAPUNONTATEKNIIKALLA

Kansalaisopiston toimitila, Paavolantie 1, Alajärvi
Tuula Latomäki

Pe 16.30–20.30, La 9.00–15.15

5.–6.3.2027

Tunteja 13, 18,00 €, enintään 12 osallistujaa
Kurssilla punotaan koreja.

Kurssilla voi myös jatkaa edellisen kurssin töitä, jos ne ovat jääneet kesken.

Ota mukaan pestyjä kahvipusseja vähintään 70 (kurssipaikalla myös jonkin verran pusseja), jossa on takasauma kiinni (hakatekniikassa takasauma pysyy kiinni), mittanauha, kynä, ruokailuveitsi (ei sahalahtainen) pyykkipoikia, maalarinteippiä, sakset ja viivain, kartonkia tai esim. muovisen karkkirasian kansi. Ompelemiseen isohko typpäkärkinen metallinen tai muovinen riijyneula. Työhön sopivaa lankaa, esim. paksuhkoa puuvillalankaa tai muovista lahjapakettinauhaa.

1104175 LUONNONVÄREJÄ VILLALANKAAN

Alajärvi, tarkempi paikka ilmoitetaan myöhemmin

Aana Vainio

To 16.00–21.15

3.6.2027

20,00 €, enintään 12 osallistujaa

Kasvit ja muut luonnonvärit antavat toisiinsa

sointuvia sävyjä villalankaan. Värjäystulokseen vaikuttavat väriaine, villan väri ja ominaisuudet, värjäysliemen pH ja ominaisuudet, puretusaine ja muut apuaineet. Luonnonvärjäyksen lopputulos vaihtelee eri sävyisistä vihreistä keltaisiin ja ruskeisiin. Kurssilla on mahdollista kokeilla myös krappijuurella saatavaa tiilenpunaista väriä tai värjäystä kokenilli-jauheella, jonka lopputulos on lila-aniliininpunainen. Kurssin tarvikemaksuun (30,- €) kuuluu 100–150 g karstavillalankaa tai 100 g sekoitelankaa, jossa 75 % villaa. Omia lankoja voi halutessaan tuoda pienen määrän. Myös omia värjäyskasveja voi tuoda sangollisen, esim. lupiini, nokkonen, jauhosavikka, pietaryrtti, poimulehti, maitohorsma, kanerva, sananjalka, sipulinkuoret, raparperin- pihlajan-, pajun- ja koivunlehdet. Sotkeutumista sietävä ja säänmukainen vaatetus ylle, värjäys tapahtuu ulkona.



Luonnonvärikurssin valokuva Miia Kangastie

1104476 KASVEISTA VÄRIÄ VILLALANKOIHIN

Määttilä, Pajatie 34, Sääksjärvi

Terhi Honkonen

La 11.00–17.00

12.9.2026

20,00 €, enintään 12 osallistujaa

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

1104477 KASVEISTA VÄRIÄ VILLALANKOIHIN

Määttilä, Pajatie 34, Sääksjärvi

Terhi Honkonen

La 11.00–17.00

12.6.2027

20,00 €, enintään 12 osallistujaa

Haluaisitko oppia värjäämään omat villalangat kaarrokepaitoihin ja asusteisiin ekologisesti lähiluonnon kasveilla? Tuhansia vuosia vanhat kasvivärjäyksen keinot ohjaavat samalla näkemään ja hyödyntämään kasveja nykyihmiselle uusin tavoin. Nuotiotulen ja savuavien patojen äärellä mielikin kummasti rauhoittuu. Värjäyksen lomassa tutustumme lampaisiin ja villan tiehen lampaasta langaksi. Sään mukainen vaatetus. Materiaalimaksu 25 euroa sis. 100 g kotimaisen pientilan 100% villalankaa, apuaineet ja muut tarvikkeet, kuvitettu työskentelyohje. Lisätiedot lähetetään ennen kurssia ilmoittautuneille.

1104180 PAJU- JA RISUTÖITÄ

Alajärvi, paikka avoin

Leena Franssila-Karvinen

La 10.00–16.00

14.11.2026

20,00 €, enintään 16 osallistujaa

Käydään kääramässä materiaalit töihin, käsitellään ne oikeaoppisesti ja tehdään pieni punontatyö.

1104181 JOULUPAJA

Kansalaisopiston toimitila, Paavolantie 1, Alajärvi

Leena Franssila-Karvinen

La 10.00–16.00

28.11.2026

20,00 €, enintään 16 osallistujaa

Valmistetaan mm. kierrätyskynttilöitä ja tehdään olkitöitä.

1104182 PAJUNKUORIKURSSI

Franssila, Kookinlaaksontie 105, Alajärvi

Leena Franssila-Karvinen

Pe 17.00–19.00

La 12.00–16.00

11.6. ja 12.6.2027

20,00 €, enintään 30 osallistujaa

Pajunkuoren keruu, käsittely ja tuokkosen/korin teko.

1104201 KUDONTA JA KÄSITYÖT, LEHTIMÄKI

Lehtimäen palvelutoimisto, Keskustie 2

Minna Kulmala

Ke 16.30–20.00

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

Tunteja 96, 76,00 €, enintään 12 osallistujaa

Kurssilla opetellaan kankaanrakentamisen eri vaiheita sekä suunnitellaan ja kudotaan kangaspuilla kodin käyttö- ja sisustustekstiilejä. Kudonnan lisäksi tehdään jokin käsityö ajankohtaisella tekniikalla. Kurssi sopii myös aloittelijoille.

1104221 KÄSSÄKAHVILA, LEHTIMÄKI

Lehtimäen palvelutoimisto, Keskustie 2

Tuula Latomäki

To 12.30–15.00

10.9.–19.11.2026, 14.1.–22.4.2027

Tunteja 39, 50,00 €, enintään 14 osallistujaa

Kässäkahvilassa tehdään erilaisia käsitöitä toivomusten mukaan.

1104301 KANKAANKUDONTA, Soinin keskusta

Soinin kudontatilat, Teollisuustie 8

Minna Kulmala

Ma 17.30–20.00

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Tunteja 72, 68,00 €, enintään 14 osallistujaa

Tule opettelemaan kankaankudontaa! Kurssilla suunnitellaan ja rakennetaan loimia, kudotaan yksilöllisiä vaatetus- ja sisustustekstiilejä

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

kurssilaisten toiveiden mukaisesti. Kurssi sopii myös aloittelijoille.

Kurssilla tarvitet muistiinpanovälineet, sakset, mittanauhan ja erilaisia kuteita. Loimista peritään maksu kulutuksen mukaan.

1104305 OMPELU ja KÄSITYÖT, Soini

Soinin yhtenäiskoulu, tekstiililuokka, Koulutie 1
Minna Kulmala

Ti 17.30–20.00

8.9.–24.11.2026, 12.1.–30.3.2027

Tunteja 72, 68,00 €, enintään 16 osallistujaa

Kurssilla ommellaan vaatteita ja kodin tekstiilejä.

Ompelun rinnalla voidaan kokeilla myös muita tekstiili- ja käsityötekniikoita, kuten neulontaa, solmeilua, koukkuamista ja huovutusta. Kurssilla on tilaa omille ideoille ja käsityöprojekteille rennossa ja inspiroivassa ilmapiirissä. Kurssi sopii niin aloittelijoille kuin pidempään harrastaneillekin.

1104315 KUDONTA ja KÄSITYÖT, Parviainen

Parviaisen puuhatupa, Multiantie 710 Soini
Minna Kulmala

To 18.00–20.30

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 72, 68,00 € enintään 12 osallistujaa

Kurssilla opetellaan kankaiden rakentamista ja kudotaan erilaisia kodintekstiilejä. Lisäksi tutustutaan käsityötekniikoihin, kuten kirjoneuleisiin, kirjontaan, helmitöihin ja solmeiluun. Kurssi sopii myös aloittelijoille.

1104321 KÄSSÄKAHVILA, SOINI

Soinin kudontatilat, Teollisuustie 8
Tuula Latomäki

To 12.30–15.00

17.9.–24.11.2026, 19.1.–22.4.2027

Tunteja 39, 50,00 €, enintään 14 osallistujaa
Mahdollisuus tehdä erilaisia käsitöitä toivomusten mukaan.

1104410 KUDONTA, Vimpeli

Aapiskujan koulu, kudontatilat, Aapiskuja 15
Vuokko Oja-Hautamäki

Ke 16.00–19.15

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

Tunteja 96, 76,00 €, enintään 14 osallistujaa

Kurssilla suunnitellaan ja kudotaan kurssilaisten toivomia sisustus- ja käyttötekstiilejä.

Tavoitteena on oppia loimen rakentaminen puihin ja kutominen eri sidoksilla ja materiaaleilla. Tervetuloa myös kutomisesta kiinnostuneet uudet opiskelijat oppimaan käsityötaitoja! Kokoon tumisaika täsmentyy kurssilaisille sopivaksi.

1104421 KÄSSÄKAHVILA, VIMPELI

Aapiskujan koulu, Aapiskuja 15, Vimpeli
Tuula Latomäki

Ti 12.45–15.15

15.9.–29.12.2026, 7.1.–13.4.2027

Tunteja 39, 50,00 €, enintään 14 osallistujaa

Kässäkahvilassa tehdään erilaisia käsitöitä toivomusten mukaan.

Puutyöt ja sepäntyöt

1104150 PUUTYÖT Uusi kurssi

Alajärven koulukeskus, puutyöluokka D3,
Kaupintie 7

Jari Yli-Sikkilä

Ke 17.00–20.15

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

Tunteja 96, 76,00 €, enintään 15 osallistujaa

Kurssi vasta-alkajille ja enemmän harrastaneille. Valmistetaan pienimuotoisia kodin käyttöesineitä opiskelijoiden tarpeiden mukaisesti.

1104150 PUUTYÖT

Alajärven koulukeskus, puutyöluokka D3,

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Kaupintie 7

Mauno Yli-Mannila

To 17.00–20.15

17.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 96, 76,00 €, enintään 15 osallistujaa

Kurssi vasta-alkajille ja enemmän harrastaneille.

Valmistetaan pienimuotoisia kodin käyttöesineitä opiskelijoiden tarpeiden mukaisesti.

1104155 SEPÄNTYÖT

Heikkilän paja, Möksy, Möksyntie 35, Möksy

Kyösti Heikkilä

Ke 18.30–21.00

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

Tunteja 72, 68,00 €, enintään 10 osallistujaa

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

1104157 PUUKKOKURSSI

Heikkilän paja, Möksyntie 35, Möksy

Kyösti Heikkilä

La 9.00–15.00

16.1.–13.2.2027

Tunteja 35, 48,00 €, enintään 8 osallistujaa

Valmistetaan käyttöpuukko ja puukolle tuppi.

Hiilistä ja muista materiaaleista maksu käytön mukaan.

Kuulo- ja silmäsuojat sekä pajaan sopivat työvaatteet mukaan.

1104161 TAONTA TUTUKSI

Heikkilän paja, Möksyntie 35, Möksy

Kyösti Heikkilä

To 9.30–11.30

17.9.–10.12.2026, 14.1.–8.4.2027

46,00 € enintään 10 osallistujaa

Kurssi on tarkoitettu toimintakeskus Alarinteen nuorille ja aikuisille. Työskentely suunnitellaan yhdessä kurssilaisten ja heidän ohjaajiensa kanssa.



1104158 NUORTEN MOPONHUOLTOKURSSI

Mäenpäänkuja 30, Kurejoki

Elias Kortesalmi

Ke 16.00–18.30

21.4.–26.5.2027

Tunteja 18, 30,00 €, enintään 9 osallistujaa

Tutustu mopoon ja mopon huoltamiseen tekemisen kautta. Kurssilla opetellaan mopon perushuoltoa ja vianetsintää. Opettajan ohjauksessa pääset tutustumaan omaan mopoosi syvemmin ja opit tekemään tarvittavat huollot itse. Huolletulla mopolla ajat enemmän!

1104250 PUUTYÖT

Taimelan koulu, puutyöluokka, Koulutie 5, Lehtimäki

Erkki Linna

Ti 18.30–21.00

8.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

Tunteja 72, 68,00 €, enintään 15 osallistujaa

Puutöitä, mm. entisöintiä, sorvausta, koristeveistoa, kuviosahausta, puukonkahvoja, uistimia ym. Koneitten käyttö- ja turvallisuusohjeet.

1104355 PUUTYÖT, Hautakylä

Rinne, Teeriperäntie 460, Hautakylä

Jukka Rinne

To 18.00–20.30

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 72, 68,00 €, enintään 12 osallistujaa

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Puutyökurssilla opit valmistamaan persoonallisia ja käytännöllisiä pienehköjä puuesineitä omien tarpeidesi mukaisesti. Käsittelyssä ovat pinnan viimeistely, eri työkalut ja luovat tekniikat. Luo ainutlaatuista ja kestävä.

1104357 PUHDETYÖT, Parviainen

Parviaisen puuhatupa, Multiantie 710, Soini
Rami Puro

To 18.00–20.30

10.9.–26.11.2026, 14.1.–22.4.2027

Tunteja 72, 68,00 €, enintään 12 osallistujaa

Tehdään pienehköjä puuesineitä kurssilaisten tarpeiden mukaan.

1104450 PUUTYÖT JA PIENET ENTISÖINTITYÖT

Vimpelin yhteiskoulu, Opintie 29, Vimpeli

Liisa Vasanko

Ma 17.00–20.00

7.9.–23.11.2026, 11.1.–3.5.2027

Tunteja 96, 76,00 €, enintään 15 osallistujaa

Puutöitä vasta-alkajille ja edistyneemmille. Myös pienet entisöintityöt mahdollisia.

Muut taide- ja taitoaineet

1198110 KIVAT-PIIRI A

OPH

Hoitokoti Sateenkaari, Myllyvainiontie 4 D,
Alajärvi

Riitta Hotakainen

Ke 16.00–17.30

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

56 €, enintään 12 osallistujaa

Kivat-piirit on tarkoitettu eri ikäisille kehitysvammaisille. Ohjelma suunnitellaan yhdessä opiskelijoiden kanssa, esim. askartelua, musiikkia, jutustelua, muovailemista, piirtämistä ja maalaamista ym. mukavaa ja kehittävää toimintaa ja yhdessäoloa. Ei sähköistä ilmoittautumista. Mahdollista saada opintoseteliavustus.

1198111 KIVAT-PIIRI B

OPH

Asumispalveluyksikkö Rantakoti, Lääkärintie 5 B,
Alajärvi

Riitta Hotakainen

Ma 17.00–18.30

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

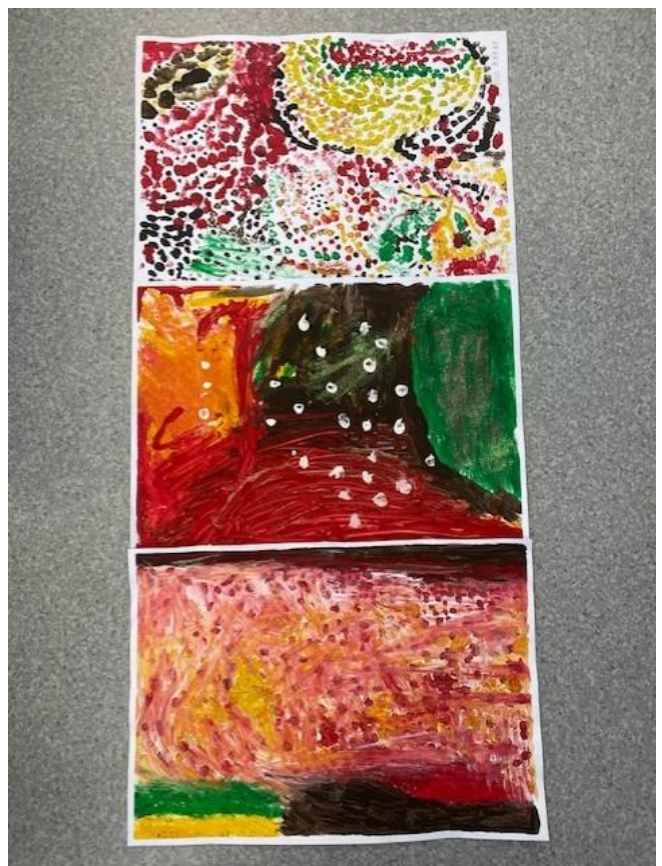
Tunteja 48, 56 €, enintään 12 osallistujaa

Kurssiohjelma suunnitellaan opiskelijoiden

kanssa: kokkikerhoa, musiikin kuuntelua,

Ilmaisutaitoa jne. Ei sähköistä ilmoittautumista.

Mahdollista saada opintoseteliavustus.



Kivat-piirin taidetta v. 2025-2026

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

TANSSI

1105107 LAVATANSSIKURSSI, Alkeet

Alakylän koulu, liikuntasali, Höykkyläntie 54,
Kurejoki

Niina ja Heikki Kari

To 18.15–19.25

17.9.–19.11.2026, 14.1.–25.3.2027

Tunteja 30, 43 €, enintään 30 osallistujaa

Aloita tanssiharrastus tästä kurssista. Aiempaa tanssikokemusta et tarvitse ja saat tilaisuuden oppia tanssin perusteet rennossa ja kannustavassa ympäristössä. Alkeiskurssia kannattaa kuitenkin käydä useampia kertoja, niin opit eri tanssilajien perusteita. Eli tälle kurssille voi ja kannattaa osallistua vaikka olisit jo aiemmin ollut ko. kurssilla. Syksyn aikana opetellaan Kuvio/kävelyhumppa, Tango, Fusku, Valssi ja keväällä vuorossa Bugg, Foksi, lattari, Hidas Valssi ja Hitaat. Hitaampi eteneminen ja toistojen tekeminen auttavat varmistamaan, että voit omaksua tanssiaskleet ja kuviot ja huomaat oppivasi tanssimaan. Mukaan avoin ja iloinen mieli, luistava pohjaiset kengät sekä juomapullo. Voit osallistua yksin, kaksin tai porukalla. Rohkeasti mukaan jokainen voi oppia tanssimaan. Lisätietoja niina.kari14@gmail.com

1105108 LAVATANSSIKURSSI, Alkeisjatko

Alakylän koulu, liikuntasali, Höykkyläntie 54,
Kurejoki

Niina ja Heikki Kari

To 19.30–20.40

17.9.–19.11.2026, 14.1.–25.3.2027

Tunteja 30, 43 €, enintään 30 osallistujaa

Kurssi sopii sinulle, jos tavallisempien lavatanssien perusteet on sinulle tuttuja tai olet osallistunut jo useammalle alkeistason kurssille. Haluat kerrata ja oppia lisää saaden varmuutta tanssiin. Kerrataan tanssilajien perusasioita ja opetellaan lajinomaista liikkumista, vientiä,

seuraamista, tekniikkaa ja uusia kuviota eri lavatanssilajeista. Syksyn tanssilajit ovat Hidas Valssi, Fusku, Bachata ja Hidas Lavafoksi alkeista. Keväällä jatketaan Buggilla, Salsalla alkeista, Tangolla, Tangovalssilla, Cha-Cha:lla ja viimeisellä kerralla Hitaat.

Mukaan iloinen ja avoin mieli, juomapullo ja luistava pohjaiset kengät. Voit osallistua yksin, kaksin tai porukalla. Lisätietoja niina.kari14@gmail.com.

1105310 KRUUNUHÄÄTANSSIT

Hautakylän ent. koulu, liikuntasali, Kylätie 127
Hautakylä

Tiina Väliaho

Su 16.00–17.00

13.9.–22.11.2026

Tunteja 13,33, 26,00 €, enintään 40 osallistujaa

Soinin kruunuhäätansseja tanssitaan ja opetellaan rennon mukavassa porukassa. Mukaan vesipullo ja tanssikengät jos on.

KIELET

Suomi

1201101 SUOMEN KIELEN ALKEISKURSSI

OPH

Alajärven lukio, ATK-luokka, Kaupintie 7 Alajärvi
Sillanpää Galina

Ti 19.15–20.15

8.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 25 osallistujaa

Alkeiskurssilla käytetään oppikirjaa Suomen mestari 1.

Suomen kielen kurssit ovat suunnatut maahanmuutajille. Tutustutaan suomalaiseen kulttuuriin ja tapoihin, Kuullaan kokemuksia kotoutumisesta. Aiheet osallistujien toiveiden mukaan.

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Maahanmuuttajien kurssimaksut katetaan opetushallituksen avustuksella kts. sivu 4. Ellei sinulla ole suomalaista henkilötunnusta, ilmoittaudu sähköpostilla kansalaisopisto(at)alajarvi.fi ilmoittamalla samat tiedot viestikentässä. Ilmoita henkilötunnus myöhemmin opiston toimistolle.

1201102 SUOMEN KIELEN JATKOKURSSI

OPH

Alajärven lukio, ATK-luokka, Kaupintie 7 Alajärvi
Galina Sillanpää
Ke 18.00–19.00
9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027
Tunteja 32, 45,00 €, enintään 25 osallistujaa

1201103 SUOMEN KIELEN KESKUSTELUKURSSI

OPH

Alajärven lukio, ATK-luokka, Kaupintie 7
Galina Sillanpää
Ke 19.00–20.00
9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027
Tunteja 32, 45,00 €, enintään 25 osallistujaa

1201405 KIELIKAHVILA, VIMPELI

OPH

Kahvila Nisunjyvä, Patruunantie 15 Vimpeli
Lea Vasalampi
To 18.00–19.30
10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027
Tunteja 48 56,00 € enintään 25 osallistujaa
Kokoonnutaan ajankohtaisten aiheiden pariin. Joku osallistuja "emännöi" eli hän kahvittaa / tuo perinteistä syötävää omasta maastaan tai suomalaista paikallista tarjottavaa. Samalla keskustellaan aiheeseen liittyen suomeksi. Käydään läpi pankki-, vero-, työpaikka- sekä opiskeluohjeita ja säännöksiä, perinteisiä juhlapäiviä ja mahdollisesti askarreltisiin ko. juhlapäiviin liittyviä töitä. Ellei sinulla ole suomalaista henkilötunnusta, ilmoittaudu sähköpostilla

kansalaisopisto(at)alajarvi.fi ilmoittamalla samat tiedot viestikentässä. Ilmoita henkilötunnus myöhemmin (heti sen saatuaasi) opiston toimistolle.

Espanja

1207101 ESPANJA, ALKEET

Alajärven lukio, ATK-luokka, Kaupintie 7
Huotari-Kallinki Mirjam
Pe 18.00–19.30
11.9.–27.11.2026, 15.1.–16.4.2027
Tunteja 48, 56,00 €, enintään 22 osallistujaa
Tämä kurssi on tarkoitettu espanjan kielen vasta-alkajille. Kurssin aikana opimme espanjan kielen perusteet – kirjoittamista ja lukemista, perussanastoa, fraaseja ja kielioppia. Oppimistulokset auttavat meitä puhumaan espanjaa sekä ymmärtämään ja käyttämään sitä arkipäivän tilanteissa.

Harjoittelemme myös keskustelua ja kuuntelua. Kurssilla käsittelemme myös espanjan ääntämistä ja lauseen rakentamista. Tutustumme Espanjan espanjan ja latinalaisen Amerikan espanjan välisiin eroihin. Kurssin lopuksi meillä on hyvä ymmärrys espanjan perusteista ja osaamme käyttää sitä puhumisessa, kirjoittamisessa ja kuuntelemisessa. Kurssi toteutetaan hybridinä, joten tunneille on mahdollista osallistua myös teamsin välityksellä.
Oppikirja Ventana 1

1207102 ESPANJA, JATKO

Alajärven lukio, ATK-luokka, Kaupintie 7 Alajärvi
Huotari-Kallinki Mirjam
Ke 18.00–19.30
9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027
Tunteja 48, 56,00 €, enintään 22 osallistujaa
Tämä kurssi on tarkoitettu espanjan kieltä jo vähän opiskelleille. Kurssin aikana opimme

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

espanjan kielen perusteita hiukan lisää – kirjoittamista ja lukemista, sanastoa, fraaseja ja kielioppia.

Oppimistulokset auttavat meitä puhumaan espanjaa sekä ymmärtämään ja käyttämään sitä arkipäivän tilanteissa. Harjoittelemme myös keskustelua ja kuuntelua. Kurssilla käsittelemme myös espanjan ääntämistä ja lauseen rakentamista. Tutustumme Espanjan espanjan ja latinalaisen Amerikan espanjan välisiin eroihin. Kurssin lopuksi meillä on hyvä ymmärrys espanjan perusteista sekä osaamme käyttää sitä puhumisessa, kirjoittamisessa ja kuuntelemisessa. Kurssi toteutetaan hybridinä, joten tunneille on mahdollista osallistua myös Teamsin välityksellä. Ventana 1, jatkuu keväällä Ventana 2, vihko ja kynä.

1207103 ESPANJAN ALKEISKURSSI AAMUVIRKUILLE ETÄNÄ

Verkossa

Anna Kaisa Puhakka

Pe 9.00-10.30

11.9.–27.11.2026, 15.1.–23.4.2027

Tunteja 48, 56,00 €, enintään 25 osallistujaa

Kurssi lähtee alkeista. Opiskelemme käytännön puhekieltä arkielämän ja matkailun tilanteissa sekä espanjan kielen perusrakenteita rennossa ilmapiirissä rauhalliseen tahtiin. Oppikirja: Buenas Migas 1 uudistettu painos (Finn Lectura). Kurssi toteutetaan Teamsin kautta. Opiskelija tarvitsee internet-yhteyden ja sähköpostiosoitteen.

1207104 MATKAILUESPANJAN ETÄKURSSI

Verkossa

Anna Kaisa Puhakka

Ti 18.00–19.30, To 18.00–19.30

1.–10.6.2027

Tunteja 8, 20,00 €, enintään 25 osallistujaa

Matkailijan sanastoa ja tilanteita, mm.

majoittuminen, ravintolassa, ostoksilla, lääkärissä ja apteekissa

Kurssi toteutetaan Teams-ohjelmalla. Opiskelija tarvitsee internet-yhteyden ja toimivan sähköpostiosoitteen, johon opettaja lähettää opiskelimateriaalin ja linkin, jolla pääsee liittymään tunnille. Opiskelijan ei tarvitse asentaa Teamsia koneelleen eikä aiempaa kokemusta verkko-opiskelusta vaadita. Tervetuloa mukaan! Bienvenidos!

Opiskelumateriaali lähetetään sähköpostiin ennen tunteja ja sen voi halutessa tulostaa. Sähköposti pakollinen, sillä siihen tulee myös Teams-osallistumiskutsu.

1207105 ESPANJA BUENAS MIGAS 3 ETÄKURSSI

Verkossa

Anna Kaisa Puhakka

Ke 10.00–11.00

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

Tunteja 32, 45,00 € enintään 25 osallistujaa

Kurssilla opiskelemme rennossa ilmapiirissä rauhalliseen tahtiin jo enemmän kielitaitoa vaativia matkailun ja arkipäivän tilanteita. Kertaamme preteritin ja imperfektin sekä opiskelemme uutena asiana mm. konditionaalin. Uusien asioiden lisäksi oppikirjassa kerrataan aikaisemmin opittuja asioita. Kurssi toteutetaan Teamsin kautta. Opiskelija tarvitsee internet-yhteyden ja sähköpostiosoitteen. Oppikirja: Buenas Migas 3 uudistettu painos (Finn Lectura)

1207401 ESPANJAN ALKEET

Vimpelin yhteiskoulu, Opintie 29

Huotari-Kallinki Mirjam

Ti 18.00–19.30

8.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Tunteja 48, 56,00 €, enintään 21 osallistujaa

Tämä kurssi on tarkoitettu espanjan kielen vasta-alkajille. Kurssin aikana opimme espanjan kielen perusteet – kirjoittamista ja lukemista, perussanastoa, fraaseja ja kielioppia. Opimme puhumaan, ymmärtämään ja käyttämään sitä arkipäivän tilanteissa. Harjoitteleminen myös keskustelua ja kuuntelua. Kurssilla käsittelemme myös espanjan ääntämistä ja lauseen rakentamista. Tutustumme Espanjan espanjan ja latinalaisen Amerikan espanjan välisiin eroihin. Kurssi toteutetaan hybridinä, joten tunneille on mahdollista osallistua myös teamsin välityksellä. Oppikirja: Ventana 1, vihko, kynä .

1207402 ESPANJAN JATKOKURSSI

Vimpelin yhteiskoulu, Opintie 29

Huotari-Kallinki Mirjam

To 18.00–19.30

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 48 56,00 € enintään 21 osallistujaa

Tämä kurssi on tarkoitettu espanjan kieltä jo vähän opiskelleille. Kurssin aikana opimme espanjan kielen perusteita hiukan lisää – kirjoittamista ja lukemista, sanastoa, fraaseja ja kielioppia. Opit puhumaan espanjaa sekä ymmärtämään ja käyttämään sitä arkipäivän tilanteissa. Harjoitteleminen myös keskustelua ja kuuntelua. Käsittelemme myös espanjan ääntämistä ja lauseen rakentamista. Tutustumme Espanjan espanjan ja latinalaisen Amerikan espanjan välisiin eroihin. Kurssi toteutetaan hybridinä, joten tunneille voi osallistua myös teamsin välityksellä.

Ventana 1, jatkuu keväällä Ventana 2, vihko, kynä



Italia

1208101 ITALIAN KIELI, ALKEET VERKOSSA

Verkossa

Diana Pinna Petrova

To 19.40–21.10

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 48 56,00 € enintään 15 osallistujaa

Tule opiskelemaan italiaa äidinkielenään italiaa puhuvan opettajan johdolla ja saamaan uusia ystäviä rennossa ilmapiirissä.

Kurssilla opit italian kulttuurista, kieliopin perusteita ja italialaisen puheen intonaatiota. Harjoitteleminen kaikkia kielen osa-alueita: puhumista, kuuntelua, lukemista kuin kirjoittamista. Oppitunneilla teemme paljon puhumisharjoituksia, joten sinulla saisi olla mikrofonilla varustettu laite

Kurssilla käytetään Bella Vista 1 -oppikirjaa.

Kurssille osallistuminen edellyttää toimivaa mikrofonia, mutta videokameraa ei tarvitse kytkeä päälle, jos ei halua. Opettaja lähettää linkin Teams-tunneille 3 päivää ennen kurssin alkamista.

Sähköposti pakollinen, sillä siihen tulee myös Teams-osallistumislinkki.

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

1208102 ITALIA A2 - SUULLISEN TAIDON VAHVISTAMINEN (Bella Vista 1, luku 11)

Verkossa

Diana Pinna Petrova

Ke 19.40–21.10

16.9.–2.12.2026, 9.1.–14.4.2027

Tunteja 48, 56,00 €, enintään 15 osallistujaa

Tule opiskelemaan italiaa äidinkielenään italiaa puhuvan opettajan johdolla ja saamaan uusia ystäviä rennossa ja kannustavassa ilmapiirissä!

Kurssi on vahvasti keskustelupainotteinen ja sopii opiskelijoille, jotka haluavat kehittää suullista ilmaisuaan ja saada lisää varmuutta puhumiseen.

Aloitamme syyslukukauden tekemällä perusteellisen kertauksen Bella Vista 1 -kirjan lukujen 1–10 sisällöistä, jotta aiemmin opitut rakenteet ja sanasto vahvistuvat. Kertauksen jälkeen jatkamme luvusta 11 eteenpäin ja harjoittelemme kieltä erityisesti käytännön keskustelutilanteiden kautta.

Kevätlukukaudella siirrymme Bella Vista 2 -kirjaan ja laajennamme kielitaitoa monipuolisten puheharjoitusten, dialogien ja arjen tilanteisiin liittyvien tehtävien avulla.

Sähköposti pakollinen, sillä siihen tulee myös Teams-osallistumislinkki.

ESITTÄVÄ TAIDE JA KIRJALLISUUS

Näyttämötaiteet

1102101 NÄYTELMÄRYHMÄ

Alvariini Areena, Paavolantie 1 Alajärvi

Tarja Kultavuori ja Arja Tikkanen

Ma 17.30–20.00, To 17.30–20.00

11.1.–19.4.2027

Tunteja 78, 76,00 €, enintään 8 osallistujaa

Harjoitellaan näytelmä ja esitetään se keväällä 2027. Näytelmä kirjoitetaan syksyllä 2026 tietyllä roolimäärällä.

Kurssi siirretty syyskaudelle 2027.

Kirjallisuus

1302101 KIRJALLISUUDEN LUKUPIIRI

Alajärven kirjasto, Kirkkotie 7, Alajärvi

Riitta-Liisa Lahti

Joka toinen ma 17.00–18.30

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Tunteja 26, 40 €, enintään 16 osallistujaa

Luetaan enimmäkseen kotimaista kauno- ja tietokirjallisuutta sekä välillä myös ulkomaalaisia teoksia. Kokoonnutaan keskustelemaan kirjoista. Käsiteltävät teokset sovitaan yhdessä ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Kirjoja ei tarvitse itse hankkia vaan ne saadaan kirjastosta. Tule mukaan kirjallisuuden mielenkiintoiseen maailmaan!



1302201 KIRJALLISUUDEN LUKUPIIRI

Lehtimäen kirjasto, Keskustie 2, Lehtimäki

Anne Kärki

Joka toinen ma 15.30–17.00

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Tunteja 26, 40 €, enintään 16 osallistujaa

Luetaan kauno- ja tietokirjallisuutta ja kokoonnutaan keskustelemaan teoksesta.

Lukupiiriläisten toivomuksia otetaan huomioon

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

mahdollisuuksien mukaan. Käsiteltäviä kirjoja listataan ensimmäisellä kerralla.

Kurssi kokoontuu kahden tai kolmen viikon välein riippuen teoksen laajuudesta.

1302102 KIRJOITAJAPIIRI

Alajärven kirjasto, Kirkkotie 7, Alajärvi

Leena Seppälä

Ke 17.30–19.45

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

68 €, 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 pitävälle. Kurssilla kokeilemme kirjoittamisen eri tyylejä ja lajeja. Etsimme niin tekstien aiheita kuin itselle luontaista tapaa tuottaa tekstiä.

Kirjoittajapiiri tarjoaa mahdollisuuden ajatusten siirtämiseen paperille, niiden jakamiseen, palautteen antamiseen ja vastaanottamiseen. Luottamuksellisessa ryhmässä voimme yhdessä kannustaa, inspiroida ja kehittää toisiamme kirjoittajina.

Ota mukaan kirjoitusvälineet ja vihko.

1302104 RUNOUDEN VERKKOKURSSI

Verkossa

Ulla Korhonen

Ma 9.00–10.30

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Tunteja 48, 56,00 €, enintään 20 osallistujaa

Runouden verkkokurssilla lähestytään runoutta erilaisten harjoitusten avulla ja kirjoitetaan lyyrisiä tekstejä omaa ääntä hakien. Kurssi koostuu viikoittain vaihtuvista teemoista. Viikko materiaaliin kuuluu aiheen pohjustus, kirjoitustehtävä, leikkimielinen runotehtävä sekä vapaaehtoinen piiritehtävä. Lisäksi keskustelua herättelee viikoittain vaihtuva runokirjan esittely.

Opettaja lähettää kutsulinkin kurssialueelle kurssin alkamista edeltävällä viikolla. Viikoittaiset materiaalit tulevat maanantaisin klo 9.00.

Tehtävät tehdään itsenäisesti omien aikataulujen mukaan. Kurssi on reflektiivinen, eli osallistujat antavat toisilleen palautetta tehtävistä.

1302403 RUNOJEN ÄÄRELLÄ, Vimpeli

Vimpelin kirjasto, Patruunantie 15,

+ Vimpeli

Satu Lumiaho

Ke 13.15–14.15

9.9.–26.11.2026, 14.1.–14.4.2027

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 20 osallistujaa

Kirjoitetaan ja luetaan runoja, et tarvitse aikaisempaa kokemusta.

Historia ja sukututkimus

1301101 ESIHISTORIAALLISIA TAITOJA

Alajärvi, paikka ilmoitetaan myöhemmin

Petteri Karvinen

La 10.00–16.00

24.10.2026

20,00 €, enintään 15 osallistujaa

Opetellaan tärkeitä luontotaitoja ilman nykyaikaisia välineitä: tulenteko, narun ja köydenpunonta jne.

Säänmukainen vaatetus.

1301203 SOTAHISTORIAN HARRASTAJARYHMÄ

Lehtimäki-sali, Keskustie 2, Lehtimäki

Jari Mäenpää

18.00–19.30, noin joka toinen viikko

Tunteja 22, 35,00 €, enintään 30 osallistujaa

Kurssilla käsitellään Suomen sotien 1939-45 tapahtumia. Kurssin tiedot mm. aihepiirit ja kokoontumispäivät, tarkentuvat nettiohjemaan (<https://uusi.opistopalvelut.fi/jarvipohjanmaa/fi/>)

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

course/5101/) ja ilmoitetaan erikseen kurssilaisille.



1301105 WANHAT ESINEET KERTO VAT

Alajärven koulukeskus, luokka C1.1, Kaupintie 7
Lasse Pippola

Ma 18.00–20.15

26.10.–16.11.2026

Tunteja 12, 24,00 € enintään 14 osallistujaa

Mitä tietoja esineistä voi saada? Miten esineitä tutkitaan? Kuinka esinetutkimusta voidaan hyödyntää sukututkimuksessa? Tutustutaan esineiden tutkimuksen vaiheisiin. Tutustutaan esimerkkiesineisiin ja perehdytään dokumentoinnin perusteisiin soveltuvien osien. Kurssi sopii historiasta kiinnostuneille ja mm. keräilijöille.

TIETOTEKNIikka

3401301 KÄYTÄNNÖN DIGITAITOJA

Soinin yhtenäiskoulu, atk-luokka, Koulutie 1
Markku Lindgren

Ti 17.00–18.30

15.9.–1.12.2026

Tunteja 22, 35,00 €, enintään 10 osallistujaa

Kurssilla opiskellaan yhteisesti sovittuja digiasioita - opiskelijoiden toivomien aiheiden mukaan. Käytännön esimerkein toteutettava digikurssi etenee 1-2 asiakokonaisuuden verran

yhdellä kokoontumiskerralla: samalla sovitaan yhdessä seuraavien oppituntien aiheet.

Aloituskerralla opettaja aloittaa valmiilla aiheella. Kurssilla painotetaan syvällisemmin käytännön digiasioiden oppimista ja omaksumista, korostaen opiskelijoiden yksilöllisempiä tarpeita sekä toiveita. Ota mukaan oma tietolaite ja muistiinpanovälineet. Sopii kaikenikäisille. Tule mukaan oppimiselle avoimella ja aktiivisella mielellä!

Ota mukaan oma tietolaite: kannettava tietokone, tabletti ja/tai älypuhelin, jossa on nettiyhteys tai Wifi-yhteys.

Muista myös tarvittavat laitteen liitäntäjohdot.

YHTEISKUNNALLISET AINEET

8202410 JÄRJESTYKSENVALVOJAN PERUSKOULUTUS

Alajärven koulukeskus, luokka C1.2, Kaupintie 7
Ville Värinen, NYQS

Ma-To 17.00–21.15, la 10.00–15.30.

21.–30.9.2026

Tunteja 40, 170,00 €, enintään 20 osallistujaa
Järjestyksenvalvojan peruskoulutus 40 oppituntia.

Ma 21.9. -to 24.9. klo 17–21.15, ma 28.9. - ke 30.9.2026 klo 17–21.15 sekä la 26.9.2026 klo 10 – 15.30 (Fyysisen voimankäytön perusteet).

Opettajana Ville Värinen, NYQS sekä Sami Orava (häätäensiapu) ja Mikko Koivuluoma pelastustoiminta).

Järjestyksenvalvojaksi hyväksytään vain järjestyksenvalvojakoulutuksen saanut, henkilökohtaisilta ominaisuuksiltaan tehtävään sopiva ja 18 vuotta täyttänyt henkilö. Järjestyksenvalvojakurssilla tai sen jälkeen

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

hyväksytysti suoritettulla koesuorituksesta saadulla todistuksella voi hakea/ anoa järjestyksenvalvojakorttia kotipaikan poliisilaitokselta.

Hyväksytyllä koesuorituksella saa todistuksen, jolla haetaan järjestyksenvalvojakorttia poliisilaitokselta. Sähköinen kurssimateriaali sisältyy hintaan, paperisesta materiaalista lisämaksu n. 10€. Järjestyksenvalvojaksi hyväksyminen maksaa 82 €, joka on erillinen maksu poliisille (hintaa v. 2026).

LUONNONTIETEET

4102102 RAIPPALUOTO, päiväretki maailmanperintömaisemiin

Petteri Karvinen

La 9.00–18.00

19.9.2026

25,00 € enintään 35 osallistujaa

Päiväretken aikana tutustumme jääkauden muovaamaan saaristoon, maankohoamisen synnyttämiin maisemiin sekä alueen historiaan ja kulttuuriin. Retki sopii kaikille luonnosta, historiasta ja kotimaan matkailusta kiinnostuneille.

Omakustanteinen ruokailu. Säänmukainen vaatetus ja hyvät retkijalkineet.

Yhteiskyydityksen hinta tarkentuu lähtijöiden määrän mukaan. Lisätiedot aikataulusta ja retken käytännön järjestelyistä ilmoitetaan osallistujille ennen lähtöä.



4102100 LUONNON VUODENKIERTO, retkiä, taitoja ja elämyksiä

Alajärvi, eri kokoontumspaikat

Petteri Karvinen, Leena Franssila-Karvinen

24.9.–28.11.2026, 20.2.–8.6.2027

68,00 €, enintään 14 osallistujaa

Hieno kokonaisuus luontoteemalla:

1104180 PAJU- JA RISUTÖITÄ

1104181 JOULUPAJA

1104182 PAJUNKUORIKURSSI

1301101 ESIHISTORIALLISTA TAITOJA

4102105 LINTUKURSSI

7198111 SIENIKURSSI

7198112 LUONNON YRTIT

8301176 RETKISUUNNISTUS

8301177 LUMIKENKÄRETKI JA

TALVITURVALLISUUS

Ilmoittaudu kerralla kokonaisuuteen tai poimi yksittäiset aiheet.

Vaatetus päivän sään mukaan. Metsämaastoon sopivat vaatteet ja jalkineet.

4102105 LINTUKURSSI

Paikka ilmoitetaan myöhemmin

Petteri Karvinen

La 11.00–15.00

24.4.2027

17,00 €, enintään 15 osallistujaa

Kurssin sisältö tarkentuu myöhemmin.

Säänmukainen vaatetus.

MAA-, METSÄ- JA PUUTARHALOUS

7102105 METSÄSTÄJÄKURSSI

Alajärven koulukeskus, luokka C 2.8., Kaupintie 7

Pekka Hautamäki

Ma 18.00–20.30

12.4.–10.5.2027

28 €, enintään 25 osallistujaa

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Metsästäjätkintoon valmentava kurssi.

Ma 10.5. on ampumaratakerta.

7198107 TAIMET JA KASVIT KIERTOON

Makasiini, Sairaالات 3, Alajärvi

Ke 16.00–18.00, 2.6.2027

Vietetään alkukesän ilta vaihtaan tai ostaen puutarhakasvien taimia tai vanhoja jaettuja kasveja. Tee tilaa uusille kasveille tai löydä uusia suosikkeja omaan puutarhaan. Tutustut muihin viherpeukaloihin, joiden kanssa voit jakaa kokemuksia. Kokoonnutaan Sairaالات 3, Lasten liikennepuiston vieressä vanhan paloaseman piha-alueella.

Opisto järjestää pöydän ensimmäiseksi ilmoittautuneille (10 pöytää). Voit tulla myös oman pöydän tai vain maahan levitettävän pressun kanssa.

7198105 HARRASTELAMPAIDEN PIDON JA VILLAN KÄSITTELYN PERUSTEET

Määtila, Pajatie 34, Sääksjärvi

Terhi Honkonen

La 11.00–17.00

3.10.2026

Tunteja 18, 30,00 €, enintään 9 osallistujaa

Haaveiletko lampaista maiseman ja mielen hoitajina? Kurssilla tutustutaan lampaiden lajityypilliseen käytökseen ja pitopaikkavaatimukseen: millainen laidun, säänsuoja, hoito ja viranomaisvaatimukset tulee huomioida. Havainnollistetaan, miten kerintä tapahtuu ja kuinka omaa villaa voi hyödyntää eri käyttötarkoituksiin.

7198109 KEVÄÄN KOTIPUUTARHAPAJA

JAMI, Kurejoen yksikkö, Kurejoentie 390, Kurejoki

Leena Franssila-Karvinen

Ti 17.30–20.00

27.4.–8.6.2027

24,00 €, enintään 12 osallistujaa

Tule mukaan rentouttavaan viljelyvinkkaukseen: puutarhatiedon ja -kokemusten vaihtoa Leenan

leppoisassa ohjauksessa. Teemat muotoutuvat osallistujien toiveiden mukaan. Kurssi ajoittuu huhti-toukokuulle kasvukauden käynnistymisnopeuden mukaan. Kurssin kerrat alustavasti: 27.4., 11.5., 25.5. ja 8.6.2027
Aiheina kurssilaisten toiveiden lisäksi biohiilen tekeminen ja kaarikasvihuoneen rakennus lavakauluksia hyödyntäen.



7198111 SIENIKURSSI

Franssila, Kookinlaaksontie 105, Alajärvi

Leena Franssila-Karvinen

To 17.00–19.00, Pe 17.00–20.00

24.–25.9.2026

18,00 €, enintään 30 osallistujaa

Kurssilaisten toivotaan tuovan kurssille mukanaan tunnistettavia sieniä (varmat ruokasienet toiseen, epämääräiset toiseen astiaan), jotta saadaan mahdollisimman paljon lajeja tutkittavaksi.

Retkellä kierretään reilun kilometrin mittainen reitti samalla sienestäen ja lajintuntemusta varmistellen. Lopuksi sienimuhennosmaistiaiset

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

maastossa sään ja aikataulun niin salliessa. Kurssi toteutetaan säässä kuin säässä.

Mukaan tarvitet sienikorin/ämpärin, sieni- tai hedelmäveitsen, eväät reppuun (juotavaa!), sienikirjan (jos on), istunalustan, suojauksen hirtikärpästen varalta, jos olet herkistynyt niille ja maastokelpoiset kengät ja muut asusteet.

Lisätietoja Leena Franssila-Karvinen, p. 045-6303713.

7198112 LUONNON YRTIT

Franssila, Kookinlaaksontie 105, Alajärvi

Petteri Karvinen

La 11.00–15.00

22.5.2027

17,00 €, enintään 30 osallistujaa

Kurssin sisältö täydentyy myöhemmin.

Säänmukainen pukeutuminen. Kurssi toukokuussa 2027. Lopullinen päivä ilmoitetaan myöhemmin.

7198411 VILLIYRTIT RAVINNON JA HYVINVOINNIN LÄHTEINÄ

Määttilä, Pajatie 34, Sääksjärvi

Terhi Honkonen

La 11.00–14.00

29.5.2027

17,00 €, enintään 10 osallistujaa

Lähiluontomme useat väheksytyt "rikkakasvit" olivat ennenvanhaan ravinnon ja vitamiinien lähde - kunnes unohdimme ne. Kurssilla tutustumme 3-5 sesongin villiyrttiin, niiden tarinaan ja käyttöön. Keräämistämme kasveista valmistamme laavulla syötävää ja juotavaa sekä ihoa hellivän helpon kuorintavoiteen.

Säänmukainen vaatetus.

Materiaalimaksu 10 euroa sis. ruuan ja kuorintavoiteen valmistuksen tarvikkeet.

Lisätiedot lähetetään ilmoittautuneille ennen kurssin alkua.

KOTITALOUS

8102102 UMPIOINTI: SÄILÖ SATO TALTEEN

Alajärven koulukeskus, kotitalousluokka D1,

Kaupintie 7, Alajärvi

Miia Saukko

To 17.30–19.45

17.9.–8.10.2026

Tunteja 9, 20,00 €, enintään 16 osallistujaa

Opi säilömään itse kasviksia tai kasvattamaasi satoa säilykepurkkeihin steriilillä ja tehokkaalla umpioimismetodilla niin, että ruoka säilyy vuosia syömäkelpoisena myös huoneenlämmössä.

Kurssilla saat maukkaat ja toimivat reseptit sekä tärkeät vinkit umpioinnissa onnistumiseen.

Kurssi kokoontuu 17.9., 1.10. ja 8.10.2026



Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.



8102103 RAAKARUOKAVALIO

Alajärven koulukeskus, kotitalousluokka D1,
Kaupintie 7 Alajärvi

Miia Saukko

To 17.30–19.45

22.10.–5.11.2026

Tunteja 9, 20,00 €, enintään 15 osallistujaa

Kurssilla tutustutaan raakaruokavalion periaatteisiin, terveyshyötyihin sekä elämäntapamuutoksen edellytyksiin.

Saat käytännön vinkkejä ja ohjeita monipuolisempaan ja kasvispainotteisempaan, mutta helposti toteutettavaan ruokavalioon.

Opit raakaruoan terveyshyödyistä sekä pääset testaamaan monia erilaisia salaatteja, smoothieita, tuorepuuroja, itse tehtyjä salaattinkastikkeita, tahnoja, raakakeittoja ja joitain raakaherkkuja jne. Kurssilla harjoitellaan uudenlaista tapaa valmistaa ruokaa ilman kuumentamista.

Tiedon ensimmäiselle kerralle tarvittavista ruoka-aineista saat opettajalta sähköpostitse ja tältä

nettisivulta,

Tarvikelista lähetetään sähköpostitse ennen kurssia.

8102105 FERMENTOINTI

Alajärven koulukeskus, kotitalousluokka D1,
Kaupintie 7 Alajärvi

Miia Saukko

To 17.30–19.45

8.–22.4.2027

Tunteja 9, 20,00 €, enintään 16 osallistujaa

Oletko kiinnostunut oppimaan erilaisia tapoja säilöä kasvimaan satoa? Haluatko osata fermentoida kasviksia sekä valmistaa itse suolistolle terveellistä hapankaalta, kimchiä, salsaa tai vaikka kefiiriä? Mukaan essu, lasipurkkeja tai fermentointiastioita, sisäkengät. Ensimmäiselle kerralle otetaan mukaan: - omat lasipurkit (ei tarvitse olla erikoispurkkeja tai -kansia) - iso keräkaali (valkokaali) - jodioimatonta ja lisäaineetonta suolaa (esim. himalajan suola, merisuola) - mausteeksi omenaa/kuminan siemeniä/korianterin siemeniä/tilliä/sellerin siemeniä/porkkanaa/valkosipulia.

8102131 MONENMOISTA PERUNASTA

Alajärven koulukeskus, kotitalousluokka D1,
Kaupintie 7 Alajärvi

Asta Asunmaa

Ke 17.30–20.30

14.4.2027

17,00 €, enintään 16 osallistujaa

Peruna on keittiön monipuolisin, edullisin ja ekologisin raaka-aine, josta loihditaan niin rapeita suupaloja, täyteläisiä pääruokia kuin yllättäviä leivonnaisiakin. Tällä kurssilla opit hyödyntämään perunaa ja valmistamaan perunaherkkuja.

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

8102130 HAPANJUURILEIVONTA

Alajärven koulukeskus, kotitalousluokka D1,
Kaupintie 7 Alajärvi

Asta Asunmaa

Ma 17.00–21.00

9.11.2026

17,00 €, enintään 16 osallistujaa

Opi leipomaan hapanjuurella! Tutustu juurileivonnan perusteisiin, taikinan käsittelyyn, muotoilun sekä paistoon. Kurssipäivänä keskitymme taikinan työstämiseen, joten jokainen osallistuja kasvattaa oman leipäjuurensa valmiiksi kotona ennen kurssin alkua. Ohje juuren valmistamiseen lähetetään ilmoittautuneille ennen kurssin alkua.



8102133 VALMISTETAAN RUOKAA SÄHKÖTTÄ

Paikka ilmoitetaan myöhemmin

Aana Vainio

La 12.00–16.00

17.4.2027

17,00 €, enintään 12 osallistujaa

Varaudu sähkökatkoihin ja opettele tekemään ruokaa sähköttää mm. avotulella ja

retkikeittimellä. Teemme yhdessä eri tavoin 1-2 lämmintä pääruokaa ja jälkiruokaa. Laktoositon ja gluteeniton ruokavalio otetaan huomioon. Samalla kun syömme aikaansaannoksia, pohdimme oman kotivaran soveltuvuutta sähköttää kokkailuun.

Varaudu ruokamateriaalimaksuihin noin 5 euroa.

8102405 FERMENTOINTI

Vimpelin yhteiskoulu, Opintie 29 Vimpeli

Miia Saukko

To 17.30–19.45

11.–25.3.2027

Tunteja 9, 20,00 €, enintään 16 osallistujaa

Oletko kiinnostunut oppimaan erilaisia tapoja säilöä kasvimaan satoa? Haluatko osata fermentoida kasviksia sekä valmistaa itse suolistolle terveellistä hapankaalta, kimchiä, salsaa tai vaikka kefiiriä? Mukaan essu, lasipurkkeja tai fermentointiastioita, sisäkengät. Ensimmäiselle kerralle otetaan mukaan: - omat lasipurkit (ei tarvitse olla erikoispurkkeja tai -kansia) - iso keräkaali (valkokaali) - jodioimatonta ja lisäaineetonta suolaa (esim. himalajan suola, merisuola) - mausteeksi omenaa/kuminan siemeniä/korianterin siemeniä/tilliä/sellerin siemeniä/porkkanaa/valkosipulia Paikka: Vimpelin yhteiskoulu, kotitalousluokka.



Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

8102114 HYGIENIAPASSI

Alajärven koulukeskus, Alajärvi-sali, Kaupintie 7

Aana Vainio

Ma 16.00–20.00, 22.3.2027

60 €, enintään 29 osallistujaa

Kurssilla opitaan perusasiat elintarvikkeiden puhtaasta ja turvallisesta käsittelystä. Kurssin jälkeen osaamistesti. Kurssimaksu sisältää opetuksen lisäksi opiskelumateriaalin, osaamistestin sekä testin läpäisseille hygieniapassin ja -todistuksen. Testin uusintamahdollisuudesta sovitaan erikseen.

Huom! Testitilaisuudessa osallistujan on todistettava henkilöllisyytensä kuvallisella henkilöllisyystodistuksella.

Etukäteen itseopiskeltavaa sivustot:

<https://ruokatieto.fi/ruokakasvatus/lupa-kokata/>
ja <https://www.ruokavirasto.fi/hygieniapassi>

Ohjaamo Alajärvi & Vimpeli maksaa alajärveläisten ja vimpeliläisten alle 30-vuotiaiden nuorten kurssimaksun. Edellä mainittujen ei tarvitse välittää maksun näkymisestä vahvistusviestissä.

8102315 HYGIENIAPASSI

Soinin yhtenäiskoulu, Koulutie 1

Aana Vainio

Ke 16.00–20.00, 17.3.2027

60 €, enintään 59 osallistujaa

Kurssilla opitaan perusasiat elintarvikkeiden puhtaasta ja turvallisesta käsittelystä. Kurssin jälkeen osaamistesti. Kurssimaksu sisältää opetuksen lisäksi opiskelumateriaalin, osaamistestin sekä testin läpäisseille hygieniapassin ja -todistuksen. Testin uusintamahdollisuudesta sovitaan erikseen.

Huom! Testitilaisuudessa osallistujan on todistettava henkilöllisyytensä kuvallisella henkilöllisyystodistuksella.

Etukäteen itseopiskeltavaa sivustot:

<https://ruokatieto.fi/ruokakasvatus/lupa-kokata/>
ja <https://www.ruokavirasto.fi/hygieniapassi>

8102415 HYGIENIAPASSI

Vimpelin yhteiskoulu, Opintie 29

Aana Vainio

Ma 16.00–20.00, 15.3.2026

60 €, enintään 29 osallistujaa

Ohjaamo Alajärvi & Vimpeli maksaa alajärveläisten ja vimpeliläisten alle 30-vuotiaiden nuorten kurssimaksun.

TERVEYS JA HYVINVOINTI

8302120 ÄÄNIMALJAKYLPI

Alakylän koulu, liikuntasali, Höykkyläntie 54

Kurejoki

Kai Rantala

Ma 19.00–20.15

7.9.–2.11.2026

Tunteja 8,35, 22,00 €, enintään 12 osallistujaa
Äänimaljakylpy rauhoittaa ja rentouttaa kehon ja mielen. Se helpottaa mm. stressi- ja kiputiloja. Keskittymiskyky, oppiminen ja luovuus lisääntyvät. Mukaan jumppamatto, viltti ja tyynty.

Huom! Vasta-aiheet äänimaljahoidolle ovat sydämentahdistin, epilepsia ja raskauden kolme ensimmäistä kuukautta. Jos olet epävarma hoidon soveltavuudesta itsellesi, varmistathan asian hoitavalta lääkäriltäsi.

8302121 ÄÄNIMALJAKYLPI

Alakylän koulu, liikuntasali, Höykkyläntie 54

Kurejoki

Kai Rantala

Ma 19.00–20.15

1.2.–15.3.2027

Tunteja 6,68, 20,00 €, enintään 14 osallistujaa
Äänimaljakylpy rauhoittaa ja rentouttaa kehon ja mielen. Se helpottaa mm. stressi- ja kiputiloja. Keskittymiskyky, oppiminen ja luovuus

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

lisääntyvät. Mukaan jumppamatto, viltti ja tyyny.

Huom! Vasta-aiheet äänimaljahoidolle ovat sydämentahdistin, epilepsia ja raskauden kolme ensimmäistä kuukautta. Jos olet epävarma kurssin soveltavuudesta itsellesi, varmistathan asian hoitavalta lääkäriltäsi.

8302122 LIIKKUVUUTTA JA RENTOUTTA

QIGONGILLA – Kurssi peruuntunut

Verkossa

Tuomas Lehto

Pe 12.30 – 14.00 (tallenne katsottavissa 24h)

11.9. – 4.12.2026

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 20 osallistujaa

8302122 LIIKKUVUUTTA JA RENTOUTTA

QIGONGILLA – Kurssi peruuntunut

Verkossa

Tuomas Lehto

Pe 12.30 – 14.00 (tallenne katsottavissa 24h)

15.1. – 16.4.2027

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 20 osallistujaa

Qigong on tuhansia vuosia vanha, rauhallinen harjoitusmuoto, jossa yhdistyvät pehmeä liike, hengitys ja läsnäolo. Kurssilla tutustutaan qigongin harjoitteisiin, jotka tukevat kehon liikkuvuutta, rentoutumista ja kokonaisvaltaista hyvinvointia. Harjoitusten avulla voit oppia kuuntelemaan kehoasi paremmin, vahvistamaan keskittymistäsi sekä löytämään keinoja stressin ja kiireen keskellä rauhoittumiseen. Lempä liike ja hengityksen rytmi auttavat lisäämään keho tietoisuutta ja tukemaan arjen jaksamista. Kurssilla edetään rauhallisesti ja jokainen osallistuu oman kuntonsa ja tunteustensa mukaan. Tunnilla on turvallinen ja hyväksyvä ilmapiiri, ja osallistujilla on mahdollisuus esittää

kysymyksiä sekä saada ohjausta harjoitteluun.

Kurssi sopii kaikille aikuisille aiempaan

kokemukseen katsomatta.

Jokainen harjoitustuokio tallennetaan ja

tallenne on katsottavissa 24h harjoituksen

jälkeen.

8302123 HEVONEN LIIKUTTA AAIKUISEN MIELTÄ JA KEHOA (yli 18 v)

Järvisseudun Ratsupalvelu, Levijoentie 157, Hoisko

Elina Niskakangas, Ann-Lis Kivipelto

Ma 17.30–19.00

7.9.–2.11.2026

Tunteja 16, 220,00 € enintään 10 osallistujaa

8302124 HEVONEN LIIKUTTA AAIKUISEN MIELTÄ JA KEHOA (yli 18 v)

Järvisseudun Ratsupalvelu, Levijoentie 157, Hoisko

Elina Niskakangas, Ann-Lis Kivipelto

Ma 17.30–19.00

1.3.–3.5.2027

Tunteja 16, 220,00 € enintään 10 osallistujaa

Hevonen liikuttaa aikuisen mieltä ja kehoa -kurssit kutsuvat sinut mukaan rentouttavaan ja turvalliseen ryhmätoimintaan hevosten kanssa. Aikaisempaa kokemusta hevosista ei tarvita. Kursseilla keskitytään rauhoittumiseen, läsnäolotaitoihin ja kehon hyvinvointiin hevosen rinnalla toimien. Hevosen hoitaminen ja sen tarpeista huolehtiminen tukee stressinhallintaa, lisää mielihyvähormonien eritystä sekä voi laskea sykettä ja verenpainetta. Lempä tekeminen hevosten parissa vahvistaa itsetuntemusta ja tarjoaa onnistumisen kokemuksia, jotka voivat kohentaa itsetuntoa. Sopii arjen kuormituksesta palautumiseen ja uuden oppimiseen. Kursseilla hoidamme hevosia, harjoitteleme hevosten käsittelyä ja varustamista. Tämän jälkeen lähdemme liikkumaan hevosten kanssa maneesiin, kentälle tai maastoon. Teemme

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

talutusharjoituksia, käymme lenkillä hevosien kanssa taluttaen tai ratsastaen. Ohjelmaan kuuluu myös läsnäoloharjoituksia. Aloitamme ja lopetamme kokoontumisen lyhyeen venyttelyyn. Osallistajat ovat tapaturmavakuutettuja. Turvavarusteita on paikan päällä.



8302141 VÄRIT - VÄRIMATKA SINUUN

Alajärven koulukeskus, luokka C1.1, Kaupintie 7

Minna Mänty-Sorvari

Ke 18.00–21.00

9.–16.9.2026

Tunteja 8, 20,00 €, enintään 15 osallistujaa

Tee värimatka sinuun! Värit eivät ole vain vaatetta tai ympärillä olevia asioita, vaan ne ovat tunnetta, voimaa ja hehkua. Tämä kurssi on nykyaikainen ja syvälinen värimatka sinuun itseesi. Kurssilla opit oman värimaailmasi niin ulkoisesti kuin sisäisesti. Käsittelemme värejä kokonaisvaltaisesti ja kurssin aikana analysoimme omat henkilökohtaiset värisi. Ota mukaan muistiinpanovälineet.

8302151 ESIINTYMISVALMENNUS TYÖHÖN JA VAPAA-AIKAAN

Alajärven koulukeskus, luokka C1.1, Kaupintie 7

Minna Mänty-Sorvari

Ke 18.00–21.00

30.9.–7.10.2026

Tunteja 8, 20,00 €, enintään 12 osallistujaa

Esiintymisvalmennus työhön ja vapaa-aikaan auttaa sinua esiintymään luontevasti ja itsevarmasti erilaisissa arjen tilanteissa. Tuntuuko esitelmän pitäminen, palaverissa puhuminen tai juhlissa esiintyminen jännittävältä? Tällä esiintymiskurssilla opit selkeän ja vaikuttavan ilmaisun perusteet, jännityksen hallintaa sekä käytännön tekniikoita äänen, kehonkielen ja läsnäolon vahvistamiseen. Kurssi yhdistää olennaisen teorian runsaaseen harjoitteluun ja konkreettisiin vinkkeihin esiintymistilanteisiin. Kokenut kouluttaja on esiintynyt vuosikymmeniä ja valmentanut sekä yrityksiä että yksityishenkilöitä kohti luonnollista, vakuuttavaa esiintymistä. Ota mukaan muistiinpanovälineet.

LIIKUNTA

8301101 MIESTEN KUNTOLIIKUNTA

Alajärven monitoimihalli, Urheilutie 2, Alajärvi

Lohko 2

Tapani Tallbacka, Jari Yli-Sikkilä

Ma 17.00–18.30

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Tunteja 48, 56,00 €, enintään 25 osallistujaa

Kuntoliikuntaa eri tavoin.

8301103 TERVEYSLIIKUNTA

Alajärven monitoimihalli, Urheilutie 2, Alajärvi

Lohkot 1 ja 2

Riitta Ojala

Ma 18.30–19.30

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 50 osallistujaa

Liikuntaa kaiken ikäisille musiikkia apuna käyttäen ja välillä eri välineitä.

8301105 NAISTEN KUNTOLIIKUNTA, Alakylä

Alakylän koulu, liikuntasali, Höykkyläntie 54,

Kurejoki

Henriikka Jaatinen ja Liisa Vasanko

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Ti 17.30–18.30

8.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

45,00 €, enintään 25 osallistujaa

Jokaiselle sopivaa virkistävää ja monipuolista kuntoliikuntaa hyvän musiikin siivittämänä. Sykkeen nostoa, lihaskuntoa, tasapainoa, liikkuvuutta ja venyttelyä perusjumppaliikkeiden avulla. Jumpassa käytetään sekä kehon omaa painoa että välineitä.

8301107 SELÄN HYVINVOINTIJUMPPA

Alajärven koulukeskus, liikuntasali, Kaupintie 7

Satu Hauta-aho

To 19.00–20.00

1.10.–26.11.2026, 14.1.–29.4.2027

Tunteja 28, 40,00 €, enintään 14 osallistujaa

Selän hyvinvointiin keskittyviä kurssi. Tunnilla keskitytään selän tukilihasten vahvistamiseen ja selän liikkuvuuden parantamiseen. Varaa mukaan joustavat vaatteet ja oma alusta sekä juomapullo.

Ei kokoonnu yo-kirjoitusten aikana.

8301111 MIESTEN KUNTOLENTOPALLO, Hoisko

Hoiskon koulu, liikuntasali, Koulupolku 8, Hoisko

Markku Herrala

To 18.00–19.15 Aika muuttunut

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 40, 50,00 €, enintään 40 osallistujaa

Lentopalloilua mukavalla porukalla. Tarkoitettu miehille, joilla jo aiempaa kokemusta lentopalloilusta.

8301113 NAISTEN KUNTOLIIKUNTA, Hoisko

Hoiskon koulu, liikuntasali, Koulupolku 8, Hoisko

Sanna-Mari Mariapori

Ke 18.00-19.00 Aika muuttunut

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 40 osallistujaa

Lihaskuntoa, sykkeen nostoa, tasapainoa, liikkuvuutta ja venyttelyä perusjumppaliikkeiden

avulla, sekä oman kehon painoa hyödyntäen. Ota mukaan sisäliikuntakengät, oma jumppa-alusta ja juomapullo.

8301118 SENIORIMIESTEN KEHONHUOLTO JA

VENYTTELY OPH

Alajärven monitoimihalli, Urheilutie 2, Alajärvi

Jari Yli-Sikkilä

Ke 14.00–15.00

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 25 osallistujaa

Lisää kehon liikkuvuutta ja hyvinvointia.

Venyttelemme ja huollamme kehoa erilaisin harjoituksin huomioiden kehon kaikki

lihasryhmät. Teemme venytyksiä omaa kehoa kuunnellen rauhallisessa tahdissa. Kurssi on

fyysisesti helppo. Sopii kaiken kuntoisille.

Kurssilla tehdään yksinkertaisia harjoituksia, joihin ei tarvita aikaisempaa osaamista.

Venytykset ja kehon huoltoliikkeet vahvistavat kehon lihaksia ja niveliä. Ehkäisevät lihaskireyttä sekä rauhoittavat kehon jännityksiä ja saavat mielen tasapainoon. Kurssi antaa sinulle valmiuksia huoltaa omaa kehoasi itsenäisesti.

8301119 SENIORIMIESTEN VENYTTELYPIIRI

Luoma-ahon kylätalo, Luomantie 100, Luoma-aho

Seppo Ojajärvi

To 16.00–17.00

10.9.–26.11.2026, 11.1.–22.4.2027

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 20 osallistujaa

Monipuolisia venyttely- ja jumppaliikkeitä sekä tasapainoharjoitteita. Myös kurssilaisten ideoimia liikkeitä.

Pukeudu mukaviin liikuntavaatteisiin ja ota mukaan sisäliikuntajalkineet ja jumppa-alusta.

8301125 KUNTOLENTOPALLO, Paalijärvi

Paalijärven koulu, liikuntasali, Jussilantie 4,

Paalijärvi

Hannele Sillanpää

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Ke 18.00–19.15

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

Tunteja 40, 50,00 €, enintään 30 osallistujaa
Lentopalloilua mukavalla porukalla. Voit tulla mukaan, vaikka et olisi aikaisemmin pelannut. Tarkoitettu sekä miehille että naisille.

8301128 NAISTEN KUNTOLIIKUNTA, Saukonkylä

Saukonkylän maamiesseurantalo, Saukonkyläntie 130, Saukonkylä

Henriikka Jaatinen ja Liisa Vasanko

Ti 19.00–20.00

8.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

45,00 €, enintään 25 osallistujaa

Jokaiselle sopivaa virkistävää ja monipuolista kuntoliikuntaa hyvän musiikin siivittämänä. Sykkeen nostoa, lihaskuntoa, tasapainoa, liikkuvuutta ja venyttelyä perusjumppaliikkeiden avulla. Jumpassa käytetään sekä kehon omaa painoa että välineitä.

8301131 SENIORINAISTEN LIIKUNTA, Luoma-aho

Luoma-ahon kylätalo, Luomantie 100 Luoma-aho
Sirkka Rajala

Pe 16.30–17.30

11.9.–27.11.2026, 15.1.–23.4.2027

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 25 osallistujaa
Monipuolista toimintakykyä ylläpitävää ja kehittävää liikuntaa välineillä ja ilman.

8301132 LIHASKUNTO JA VENYTTELY

Paalijärven koulu, liikuntasali, Jussilantie 4
Paalijärvi

Erkki Sillanpää

Ti 18.00–19.00

8.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 25 osallistujaa
Venyttäen vetreäksi. Nivelistävällistä liikuntaa, joka sopii erityisesti varttuneille miehille.

8301140 KAHVAKUULAHARJOITTELU

Alajärven koulukeskus, liikuntasali, Kaupintie 7
Alajärvi

Satu Hauta-aho

To 18.00–19.00

1.10.–26.11.2026, 14.1.–29.4.2027

Tunteja 28, 40,00 €, enintään 14 osallistujaa

Koko kehon tehokas ja monipuolinen kahvakuulaharjoitustunti soveltuu monentasoisille kuntoilijoille - kuulan voi valita kuntonsa mukaan. Harjoittelu on hikistä, haastavaa ja hauskaa. Oma tai omat kuulat mukaan. **Ei kokoonnu yo-kirjoitusten aikana.**

8301141 SENIOREIDEN TASAPAINORYHMÄ

OPH

Alajärven monitoimihalli, Puhti-tila, Urheilutie 2
Oili Kaunisto

To 15.45–16.30

10.9.–26.11.2026, 14.1.–22.4.2027

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 12 osallistujaa
Kurssilla keskitymme parantamaan ja ylläpitämään osallistujien tasapainoa, liikkuvuutta ja voimaa. Tule mukaan liikkumaan, pitämään hauskaa ja huolehtimaan hyvinvoinnistasi!

8301143 TUOLIJUMPPA

OPH

Alajärven monitoimihalli, Puhti-tila, Urheilutie 2,
Peltokangas Sirpa

Ke 12.00–12.45

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 16 osallistujaa
Tuolijumppa on lempeä mutta tehokas liikuntamuoto. Harjoitukset tehdään istuen tuolilla tai tuolista tukea ottaen. Liikkeet parantavat lihasvoimaa ja liikkuvuutta. Mukana on myös sykettä nostavaa liikettä sekä rauhoittavia hengitysharjoituksia. Liikkeistä myös haastavampia variaatioita.

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.



8301144 KUNTOSALIKURSSI

Alajärven uimahalli, Kuntosali SYKE, Urheilutie 2
Sirpa Peltokangas

Ti 10.00–11.00

8.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 12 osallistujaa

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

8301145 KUNTOSALIKURSSI

Alajärven uimahalli, Kuntosali SYKE, Urheilutie 2
Sirpa Peltokangas

Ti 18.15–19.15

8.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

Tunteja 29, 45,00 € enintään 12 osallistujaa

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

8301146 KUNTOSALIKURSSI VARTTUNEEMMILLE

Alajärven uimahalli, Kuntosali SYKE, Urheilutie 2
Jari Yli-Sikkilä

To 11.00–12.15

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 40, 50,00 €, enintään 12 osallistujaa

Kurssi sopii vasta-alkajalle. Kurssilla käymme läpi erilaisia liikkeitä ja laitteita. Kuntosaliharjoittelun ohella perehdytään myös lihaskunnan

kehittämiseen ja ylläpitämiseen. Kurssilla saat myös ohjausta oikeiden tekniikoiden oppimiseen sekä henkilökohtaista neuvontaa ja tukea. Kuntosalimaksun lisäksi Alajärven uimahallin kuntosalimaksu, jolla pääsee myös uimaan kurssin päätteeksi.

8301148 JOOGAN JATKORYHMÄ

Alajärven koulukeskus, Alajärvi-sali, Kaupintie 7
Alajärvi

Mäki-Säntti Merja

Ke 18.15–19.45

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

Tunteja 48, 56,00 €, enintään 22 osallistujaa

Hybridikurssi

Syvennetään joogan kokemusta jooga-asanoiden ja hengityksen avulla joogan periaatteita noudattaen. Ohjaus perustuu Suomen joogaliiton opetukseen. Kurssi sopii aiemmin joogaan tutustuneille.

Päälle joustava, lämmin asu ja mukaan oma alusta ja huopa.

Kurssi toteutetaan lähi- ja etäjoogan yhdistelmänä. Syksyllä ja keväällä on kolme lähijoogatuntia koulukeskuksen Alajärvi-salissa. Muut kokoontumiset toteutetaan etätunteina. Lähitunnilla on mahdollisuus olla mukana myös etäyhteydellä.

8301176 RETKISUUNNISTUS

Paikka ilmoitetaan myöhemmin

Petteri Karvinen

La 10.00–15.00

3.10.2026

18,00 €, enintään 15 osallistujaa

Luontokouluttaja Petteri Karvinen opastaa retkisuunnistukseen.

8301177 LUMIKENKÄRETKI JA TALVITURVALLISUUS

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Paikka ilmoitetaan myöhemmin

Petteri Karvinen

La 11.00–15.00

20.2.2027

17,00 €, enintään 15 osallistujaa

Teemme lumikenkäretken talviselle suolle.

Samalla saat tietoa liikunnan

talviturvallisuudesta.

Säänmukainen vaatetus.

8301201 KUNTOLIIKUNTA, lihashuolto ja sähkö

Lehtimäen Nuorisoseura, Rannankyläntie 3

Lehtimäki

Tomi Paavola, Mika Ala-Mattinen

To 19.00–20.15

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 40, 50,00 €, enintään 40 osallistujaa

Tehokkaan liikunnan ryhmä. Lihashuoltoa ja pelejä, lähinnä sähköä. Sopii sekä miehille että naisille.

8301202 KUNNOSSA KAIKEN IKÄÄ

Lehtimäen Nuorisoseura, Rannankyläntie 3

Tomi Paavola, Mika Ala-Mattinen

To 18.00–19.00

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 40 osallistujaa

Varttuneiden sekä vähemmän liikuntaa harrastaneiden miesten venyttävää ja kuntouttavaa liikuntaa.

8301210 NAISTEN KUNTOLIIKUNTA, Kirkonkylä



Kokoontumispaikka muuttunut

Lehtimäen Nuorisoseura, Rannankyläntie 3

Satu Hauta-aho

Ma 17.00–18.00

7.9.–30.11.2026, 11.1.–19.4.2027

45,00 €, enintään 20 osallistujaa

Lihaskuntoa, tasapainoa ja sykkeen nostoa perusjumppaliikkeiden avulla.

8301214 KUNTOJUMPPA

Lehtimäen Nuorisoseura, Rannankyläntie 3

Jaana Ylinen

Ti 18.00–19.00

8.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 30 osallistujaa

Tehokasta peruskuntojumppaa naisille ja miehille.

8301220 NAISTEN KUNTOSALIJUMPPA A

Lehtimäen kuntosali, Keskustie 2, Lehtimäki

Satu Hauta-aho

Ma 18.15–19.15

7.9.–30.11.2026, 11.1.–19.4.2027

45,00 €, enintään 15 osallistujaa

8301221 NAISTEN KUNTOSALIJUMPPA B

Lehtimäen kuntosali, Keskustie 2 Lehtimäki

Satu Hauta-aho

Ma 19.15–20.15

7.9.–30.11.2026, 11.1.–19.4.2027

45,00 €, enintään 15 osallistujaa

Kuntosalitunti koostuu yhteisestä lämmittelystä, ohjatusta kuntosaliosuudesta ja venyttelystä.

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, vaan kurssilaiset hankkivat itselleen ovikortit.

8301225 LAVIS, Lehtimäki

Lehtimäen Nuorisoseura, Rannankyläntie 3

Lehtimäki

Minna Raitanen

Ke 18.00–19.00

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 30 osallistujaa

Lavis on helppo, hauska ja hikinen liikuntamuoto.

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Laviksessa liikutaan suomalaisen musiikin tahtiin lavatanssiaskelin jumpaten. Lavis sopii kaikille sukupuolesta, iästä tai kunnosta riippumatta.

8301247 YIN JOOGA

Lehtimäen opisto, kuntosali, Opistotie 1

Lehtimäki

Kiti Sinisalo

Ke 17.45–19.15

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

56,00 €, enintään 15 osallistujaa

Lempeää, syvävenyttävää ja palauttavaa yinjoogaa. Harjoitus koostuu hyvin hitaista ja rauhallisista asennoista, joissa viivytään pidempään kehoa kuunnellen. Suurin osa asanoista tehdään makuuasennossa. Et tarvitse aiempaa kokemusta joogasta.

Opettaja: Kiti Sinisalo – lempeä joogaopettaja (Heartful Yoga Academy RYT200).

8301349 JOOGA, Hautakylä

Hautakylän ent. koulu, liikuntasali, Kylätie 127

Hautakylä

Kiti Sinisalo

To 18.30–19.30

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

45,00 €, enintään 20 osallistujaa

Yin- ja hathajooga vuorottelevat eri kerroilla. Yinjooga on lempeää, syvävenyttävää ja palauttavaa harjoitusta, jossa asennoissa viivytään pidempään kehoa ja mieltä rauhoittaen.

Hathajoogassa liikutaan hieman enemmän, mutta myös siinä harjoitus etenee rauhallisesti ja kehoa kuunnellen. Tunnit sopivat kaikille, eikä aikaisempaa kokemusta joogasta tarvita.

Opettaja: Kiti Sinisalo – lempeä joogaopettaja (Heartful Yoga Academy RYT200).

Ota mukaan oma makuualusta, viltti sekä halutessasi tyyny tai bolsteri. Joogatiilet, jos on.

Pukeudu mukaviin vaatteisiin.

8301301 NAISTEN KUNTOLIIKUNTA 50+

Soinin yhteistalo, sali, Multiantie 29 Soini

Minna Raitanen

To 17.30–18.30

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 20 osallistujaa

Voimaa, tasapainoa, liikkuvuutta ja venyttelyä nivelistävällisten perusjumppaliikkeiden avulla. Ota mukaan sisäliikuntakengät, jumppa-alusta ja juomapullo.

8301310 NAISTEN JA MIESTEN KUNTOLIIKUNTA

Hautakylän ent. koulu, liikuntasali, Kylätie 127

Tiina Väliaho

Ti 19.00–20.00

8.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 25 osallistujaa

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



8301312 SENIORIEN / ALOITTELIJOIDEN

KUNTOLIIKUNTA OPH

Hautakylän ent. koulu, liikuntasali, Kylätie 127

Tiina Väliaho

Ma 18.00–19.00

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 25 osallistujaa

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

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

8301325 LAVIS, Soini

Soinin yhteistalo, sali, Multiantie 29, Soini

Minna Raitanen

To 18.30–19.30

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 30 osallistujaa
Lavis on helppo, hauska ja hikinen liikuntamuoto. Laviksessa liikutaan suomalaisen musiikin tahtiin lavatanssiaskelin jumpaten. Lavis sopii kaikille, sukupuolesta, iästä tai kunnosta riippumatta.

8301350 PHYSIOPILATES

Soinin yhteistalo, sali, Multiantie 29, Soini

Maija Rannila

Ke 12.00–13.00

9.9.–25.11.2026

Tunteja 14,63, 32,00 €, enintään 15 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.

8301351 PHYSIOPILATES

Soinin yhteistalo, sali, Multiantie 29, Soini

Maija Rannila

Ke 12.00–13.00

13.1.–14.4.2027

Tunteja 17,29, 32,00 €, enintään 15 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.

8301401 NAISTEN LIIKUNTA

Vimpelin yhteiskoulu, peilisali, Opintie 29

Oili Kaunisto

Ma 18.00–19.00

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Tunteja 29,26 45,00 € enintään 35 osallistujaa
Perinteistä naisten jumppaa. Sykkeen nostoa, lihaskuntoa ja venyttelyä. Liikettä koko keholle. Jos syksyn tai kevään ylioppilaskirjoitukset peilialissa, ryhmä ei kokoonnu niiden aikaan.

8301402 MIESTEN KUNTOSALIJUMPPA

Ent. Siwan rakennus, Patruunantie 8, Vimpeli

Liisa Vasanko

Pe 18.45–20.00

11.9.–27.11.2026, 15.1.–23.4.2027

Tunteja 40, 50,00 €, enintään 20 osallistujaa
Kiertoharjoitus kuntosalilla eri laitteilla. Lopuksi venyttely. Sopii kaiken kuntoisille. Ryhmässä saa itse säädellä tehoa. Toivotaan kaikkien uskaltautuvan mukaan. Kovempikuntoisillekin riittää haastetta, mutta harjoitusta voi keventää oman jaksamisen mukaan.

8301403 NAISTEN KUNTOSALIJUMPPA

Ent. Siwan rakennus, Patruunantie 8, Vimpeli

Liisa Vasanko

Pe 17.30–18.45

11.9.–27.11.2026, 15.1.–23.4.2027

Tunteja 40, 50,00 €, enintään 20 osallistujaa
Kiertoharjoitus kuntosalilla eri laitteilla. Lopuksi venyttely. Sopii kaiken kuntoisille. Ryhmässä saa itse säädellä tehoa. Toivotaan kaikkien uskaltautuvan mukaan. Kovempikuntoisillekin riittää haastetta, mutta harjoitusta voi keventää

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

oman jaksamisen mukaan.

8301404 UKKO VENYY - kuntopiiri OPH

Vimpelin yhteiskoulu, peilisali, Opintie 29

Opettaja avoin

Ke 17.00–18.00

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

Tunteja 32, 45,00, € enintään 30 osallistujaa

Miesten kuntopiiri kehonpainolla ja eri välineillä.

Alkulämmön jälkeen treeni ja loppuun venyttely.

8301425 LAVIS VIMPELI

Vimpelin yhteiskoulu, peilisali, Opintie 29,

Maija Kuoppala

To 18.00–19.00

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 32, 45,00 € enintään 20 osallistujaa

Lavis-lavatanssijumppa on helppoa, hauskaa ja hikistä liikuntaa kotimaisen tanssimusiikin tahtiin.

Osallistuminen ei edellytä tanssitaitea, joten tunti sopii myös vasta-alkajille.

8301443 TUOLIJUMPPA OPH

Aapiskujan koulu, Aapiskuja 15, Vimpeli

Peltokangas Sirpa

To 14.00–14.45

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 15 osallistujaa

Tuolijumppa on lempeä mutta tehokas liikuntamuoto. Harjoitukset tehdään istuen tuolilla tai tuolista tukea ottaen. Liikkeet parantavat lihasvoimaa ja liikkuvuutta. Mukana on myös sykettä nostavaa liikettä sekä rauhoittavia hengitysharjoituksia. Liikkeistä myös haastavampia variaatioita.

Vesijummat ja uintiopetus

8301151 NUORTEN UIMAOPETUS, ALKAVAT 14-17 v

Alajärven uimahalli, Urheilutie 2, Alajärvi

Virpi Mäntyniemi

Ti 19.00–19.45

8.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 10 osallistujaa

Kurssi sinulle, joka pysyt pinnalla, mutta tekniikka hukassa. Treenataan vapaa-, selkä- ja rintauinti kuntoon. Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.

8301152 NUORTEN UIMAOPETUS, JATKAVAT 14-17 v

Alajärven uimahalli, Urheilutie 2, Alajärvi

Virpi Mäntyniemi

Ti 18.00–18.45

8.9.–24.11.2026, 12.1.–13.4.2027

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 10 osallistujaa

Kurssi sinulle, jolla tekniikat jo jotenkin hallussa, mutta haluat parantaa uintiasi (vapaa-, selkä- ja rintauinti). Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.



8301153 AIKUISTEN UINTIKURSSI, ALKAVAT

Alajärven uimahalli, Urheilutie 2, Alajärvi

Virpi Mäntyniemi

Ke 19.00–19.45

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Tunteja 24, 37,00, € enintään 8 osallistujaa
Kurssi sinulle, joka pysyt pinnalla, mutta tekniikka hukassa. Treenataan vapaa-, selkä- ja rintauinti kuntoon. Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.

8301154 AIKUISTEN UINTIKURSSI, JATKAVAT

Alajärven uimahalli, Urheilutie 2 Alajärvi

Virpi Mäntyniemi

Ke 18.00–18.45

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 8 osallistujaa
Kurssi sinulle, jolla tekniikat jo jotenkin hallussa, mutta haluat parantaa uintiasi (vapaa-, selkä- ja rintauinti). Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.

8301155 UIMATAIDOTTOMIEN UINTIKURSSI, AIKUISET

Alajärven uimahalli, Urheilutie 2, Alajärvi

Virpi Mäntyniemi

31.12.2026

Tunteja 10 22,00 € enintään 8 osallistujaa
Uimataidottomille ja vesipelkoisille. Veteen totutellaan matalassa syvyydessä niin kauan, että pelko poistuu ja luotto veteen syntyy. Sen jälkeen aloitetaan itse uinnin alkeet. Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.

Kurssin päivä ja aika sovitaan erikseen, kun selviää alkaako kurssi.

Opetuskieli suomi/englanti. 10 kokoontumista, aloitus ilmoitetaan erikseen kurssille ilmoittautuneille.

8301160 VESIJUMPPA A

Alajärven uimahalli, terapia-allas, Urheilutie 2

Sirpa Peltokangas

Ma 11.30–12.15

7.9.–23.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 17 osallistujaa

Liikkuvuutta parantavaa ja lihasten voimaa kehittävää, tehokasta kestävyysliikuntaa veden ominaisuuksia hyödyntäen. Veden noste mm. vähentää niveliin kohdistuvaa painetta, joten vesiliikunta soveltuu useimmiten myös henkilöille, joille muu liikkuminen on vaikeaa. Ota vesipullo mukaan altaalle.

Huom. vesijumpparyhmään osallistuva:

Kerro ohjaajalle mahdollisista sairauksista.

Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu. Voit ilmoittautua vain yhteen vesijumppaan A-G

8301161 VESIJUMPPA B

Alajärven uimahalli, terapia-allas, Urheilutie 2

Anneli Paavola

Ti 11.15–12.00

8.9.–24.11.2026, 11.1.–13.4.2027

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 17 osallistujaa
Tehokas toimintakykyä ylläpitävä allasjumppa. Liikkeitä tehostamaan käytetään eri välineitä ja altaan suomia mahdollisuuksia. Liikkeet vedessä ovat pehmeitä ja tehokkaita. Jumpan tehoon voi itse helposti vaikuttaa ja ohjaajalta saat eri liikevaihtoehtoja. Mahdolliset rajoitteet ja liikkumiseen vaikuttavat sairaudet on hyvä kertoa ohjaajalle. Ota vesipullo mukaan altaalle.



8301162 VESIJUMPPA C

Alajärven uimahalli, terapia-allas, Urheilutie 2

Anneli Paavola

Ti 12.15–13.00

8.9.–24.11.2026, 11.1.–13.4.2027

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 17 osallistujaa

8301164 VESIJUMPPA D

Alajärven uimahalli, terapia-allas, Urheilutie 2

Sirpa Peltokangas

Ke 16.30–17.15

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 17 osallistujaa

8301165 VESIJUMPPA E

Alajärven uimahalli, terapia-allas, Urheilutie 2

Sirpa Peltokangas

Ke 17.30–18.15

9.9.–25.11.2026, 13.1.–14.4.2027

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 17 osallistujaa

8301166 VESIJUMPPA F

Alajärven uimahalli, terapia-allas, Urheilutie 2

Oili Kaunisto

To 17.00–17.45

10.9.–26.11.2026, 14.1.–22.4.2027

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 17 osallistujaa

8301167 VESIJUMPPA G

Alajärven uimahalli, terapia-allas, Urheilutie 2

Oili Kaunisto

To 18.00–18.45

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 17 osallistujaa

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

8301170 SYVÄNVEDEN JUMPPA A

Alajärven uimahalli, Urheilutie 2, Alajärvi

Anneli Paavola

Ti 13.30–14.15

8.9.–24.11.2026, 11.1.–13.4.2027

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 16 osallistujaa

8301171 SYVÄNVEDEN JUMPPA B

Alajärven uimahalli, Urheilutie 2, Alajärvi

Sirpa Peltokangas

To 18.15–19.00

10.9.–26.11.2026, 11.1.–22.4.2027

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 16 osallistujaa

8301172 SYVÄNVEDEN JUMPPA C

Alajärven uimahalli, Urheilutie 2, Alajärvi

Anneli Paavola

To 10.30–11.15

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Tunteja 24, 37,00 €, enintään 16 osallistujaa

Syvänveden jummat ovat vesivyön kanssa tehtävää tehokasta vesiliikuntaa altaan syvässä kohdassa. Tunnilla jumpataan vaihtelevasti hyödyntäen vesijuoksuvyön mahdollisuuksia ja erilaisia välineitä. Sydänveden jumppa kehittää koko vartalon hallintaa, lihaskuntoa ja kestävyyttä. Jumpassa jalat eivät yllä pohjaan, siksi vaaditaan uimataitoa. Ota vesipullo altaalle.

Huom! Kerro ohjaajalle mahdollisista rajoitteista ja sairauksista, jotka voivat vaikuttaa tunnin aikana. Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.

8301175 UIMAKOULU

Alajärven uimahalli, terapia-allas, Urheilutie 2

Sirpa Peltokangas

To 8.00–8.45

10.9.–5.11.2026

Tunteja 8, 20,00 €, enintään 10 osallistujaa

Kurssi on tarkoitettu uimataidottomille aikuisille.

Uimakoulussa harjoitellaan veteen totuttautumista, painautumista pinnan alle, kellumista sekä liukumista. Mahdollisuuksien mukaan siirrytään uinnin alkeistyyliihin. Tavoitteena veteen totuttautuminen ja uinnin alkeiden oppiminen.

Ota vesipullo mukaan altaalle.

Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

HUOMIOITAVIA ASIOITA:



Kansalaisopiston toimisto sijaitsee Alajärven koulukeskuksessa. Sisäänkäynti on Alajärvi-salin ja ruokalan ulko-ovesta. Alajärvi-salin viereistä portaikkoa ylös toiseen kerrokseen.

Kaupintien liikennejärjestelyissä muutoksia koko lukuvuoden 2026-2027 ajan: Kaupintieltä koulukeskukseen ajaminen mahdollista vain Jamin (Järviseudun ammatti-instituutti) puolen liittymästä.

Liikennevälineiden pysäköinti vain merkityille pysäköintipaikoille – ei kadun varsille.

Liikenneopasteita tulee noudattaa. Mikäli ajoneuvoja on työmaan edessä tai muuten haittaamassa liikennettä ne siirretetään pois, ja siirtokustannus tulee ajoneuvon haltijan maksettavaksi.

Ilmoittautuminen alkaa 26.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.



Huomasithan nämä uutuudet lyhytkursseissa!

- s. 7 Syksyn yleisöluennot
- s. 11 Grafiikan lauantait: grafiikan lyhytkurssi, Alajärvi
- s. 23 Nuorten moponhuoltokurssi, Alajärvi
- s. 25 Kruunuhäätanssit, Soini
- s. 31 Wanhat esineet kertovat, Alajärvi
- s. 31 Käytännön digitaitoja, Soini
- s. 31 Järjestyksenvalvojan peruskoulutus, Alajärvi
- s. 32 Raippaluoto, päiväretki maailmanperintömaisemiin
- s. 32 Luonnon vuodenkierto: kokonaisuus erilaisia lyhytkursseja
- s. 33 Harrastelampaiden pidon ja villan käsittelyn perusteet, Vimpeli
- s. 35 Raakaruokavalio, Alajärvi
- s. 36 Hapanjuurileivonta, Alajärvi
- s. 36 Valmistetaan ruokaa sähköttä, Alajärvi
- s. 38 Liikkuvuutta ja rentoutta qigongilla, verkossa + tallenteelta
- s. 38 Hevonen liikuttaa aikuisen mieltä ja kehoa, Alajärvi
- s. 39 Värit – värimatka sinuun, Alajärvi
- s. 39 Esiintymisvalmennus työhön ja vapaa-aikaan, Alajärvi
- s. 45 Lavis, Vimpeli