

Rehtorin tervehdys

Kasvu on osa meitä jokaista – aluksi näkyvää ja fyysistä, mutta myöhemmin yhä enemmän näkymätöntä, henkistä kasvua, ajattelun avartumista ja uusien näkökulmien omaksumista. Jossain vaiheessa fyysisen kasvun toivoisi jo pysähtyvän (ainakin vaatekoossa), mutta sisäinen kasvu ei tunne ylärajaa.



Kansalaisopisto tarjoaa mainion kasvualustan kaikenikäisille. Kursseillamme voit kehittää taitojasi, syventää tietojasi ja ennen kaikkea pitää yllä uteliaisuutta. Olitpa sitten vasta-alkaja tai jo kokeneempi tekijä, jokaiselle löytyy jotain.

Tänä lukuvuonna ohjelmassamme on monipuolinen kattaus yleisluentoja, jotka on valittu ilahduttamaan ja innostamaan eri-ikäisiä kuulijoita. Aiheina muun muassa ravinto, dinosaurukset, arkkitehtuuri ja rakentaminen. Merkitse luennot kalenteriisi ja tule vain paikalle – ilmoittautumisia ei tarvita ja luennot ovat ilmaisia.

Jokainen voi oppia melkein mitä vain ja milloin vain – rennosti ja yhdessä muiden kanssa.

Tervetuloa mukaan kasvamaan kanssamme!

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

Tuntiopettaja (Kuvataidekoulu Eero), puh. 044-297 0366
sähköposti: kuvataidekoulu@alajarvi.fi

Opinto-ohjelma 2025–2026

Järvi-Pohjanmaan kansalaisopiston lukuvuoden 2025–2026 opinto-ohjelma löytyy myös nettiosoitteesta: <https://uusi.opistopalvelut.fi/jarvipohjanmaa/fi/>

Kursseille ilmoittautuminen

Kansalaisopiston kursseille ilmoittautuminen alkaa keskiviikkona 27.8.2025 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 puhelinvastaajaan 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 kursseille 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 kursseille ilmoittautumisen/osallistumisen. Mikäli kurssilaisia ilmoittautuu kurssille liian vähän, kansalaisopisto peruu kurssin. Tällöin kurssin peruuntumisesta ilmoitetaan ilmoittautuneille joko tekstiviestillä tai puhelimitse.

Kurssimaksut

Ilmoittautuessasi sitoudut samalla maksamaan kurssimaksun. Kurssimaksun suuruus ilmenee opinto-ohjelmasta. Yleisöluennoista ei yleensä peritä kurssimaksua. Avoimen yliopiston ja muilla erityiskustannuksia aiheuttavilla opinnoilla on korkeammat maksut.

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 käytänteidensä mukaan tai kansalaisopisto antaa alennuksen seuraavasta mahdollisesta kurssista.

Opintoseteliavustus

Opetushallitus on myöntänyt Järvi-Pohjanmaan kansalaisopistolle valtionavustusta lukuvuodelle 2025–2026. Avustus kohdennetaan:

- vanhustyön laitoksissa olevien kurssien kurssimaksuihin, kehitysvammaisille suunnattujen kurssien kurssimaksuihin, maahanmuuttajille suomen kielen opetuksen kurssimaksuihin
- pitkäaikaistyöttömille kaikille kursseille todistamalla työnhaun ja työttömyyden voimassaolo (alennus 20 €)
- kokonaan eläkkeellä oleville erikseen mainituille kursseille (alennus 10 €)

Kokonaan eläkkeellä olevien ja pitkäaikaistyöttömien opintoseteliavustusta haetaan ilmoittautumisen yhteydessä sähköisessä järjestelmässä tai puhelimitse. **Sama henkilö voi saada vain yhden alennuksen.** Avustusta on rajoitettu määrä ja se jaetaan anomisjärjestyksessä. Saadaksesi alennuksen **tee ”ilmoittautuminen” kurssille 0002 OPINTOSETELIANOMUKSET puhelimitse tai netin kautta.**

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.

Työkausi

Taiteen perusopetus (Kuvataidekoulu Eeron opetus), 30 työviikkoa

Syystyökausi: 01.09. – 12.12.2025

Syysloma: 13.10. – 17.10.2025

Kevätyökausi: 12.01. – 08.05.2026

Talviloma: 23.02. – 27.02.2026

Muu opetustoiminta, 24 opetusviikkoa

Syystyökausi: 08.09. – 30.11.2025

Syysloma: 13.10. – 17.10.2025

Kevätyökausi: 12.01. – 17.04.2026

Talviloma: 23.02. – 27.02.2026zum

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. Opiston omat opetustilat ovat Alajärvellä Sairaالات 3, Makasiinin kouluosan 1. ja 2. kerroksissa.

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. Yksilöopetus on rajattu vain toimialueen kuntalaisille.

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.

Yleisluennot – Opisto 60 v kunniaksi

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!

ALAJÄRVI AALTOJEN AIKAAN, Heikki Rantatupa, dosentti

Torstai 28.8.2025 klo 17–19, Alajärven kaupungintalo, valtuustosali

* Luento Alvar Aallon isän ja veljen maanmittaustöistä ja siten Alajärven ajasta 1910-1930 -lukuilla. Luento osa Aaltojen kaupunki -tapahtuman ohjelmaa.

TEEMA JA MUUNNELMIA – Topi Linjama, Keskiviikko 29.10.2025 klo 18–19,

Alajärven kirkko, Kirkkotie 6, Alajärvi

* Bach ja muunnelmat: erilaiset muunnelmatyypit (chaconelli, passacaglia tai melodiamuunnelma). Luennossa mukana pyöräretken tarinoita (teoksesta Bach ja pyöräilyn taito).

VATSAHAASTEET JA RAVITSEMUS, Amanda Ahonen, ravitsemusterapeutti

Keskiviikko 12.11.2025 klo 18–19, Alajärvi-sali, Kaupintie 7, Alajärvi

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

DINOSAURUSTEN KÄYTTÄYTYMINEN, Maija Karala, biologi, tiedetoimittaja ja kuvittaja

Torstaina 25.9.2025 klo 18–19, Alajärvi-sali, Kaupintie 7, Alajärvi

* Tule kuuntelemaan ja katsomaan esitystä dinosaurusten ajasta ja niiden käyttäytymisestä.

LIIKUNTA JA RAVITSEMUS, Amanda Ahonen, ravitsemusterapeutti

Keskiviikko 1.10.2025 klo 18–19, Alajärvi-sali, Kaupintie 7, Alajärvi

* Harrastatko liikuntaa, mutta välillä puhti loppuu? Ravitsemusterapeutti kertoo vinkit, jotta jalka ja rauta nousevat kevyemmin.

RAKENTAMISEN LYHYT OPPIMÄÄRÄ by Rakastajat 2.0,

Torstai 30.10.2025 klo 18–19, Alajärvi-sali, Kaupintie 7, Alajärvi

* Rakentamisesta ja lupa-asioista huumorin avulla. Rakastajat2.0 -somea julkaisevat Beata Kallio ja Johanna Sikkilä opastava rakentamisen saloihin.

POSTIKORTTEJA MUINAISUUDESTA, Maija Karala, biologi, tiedetoimittaja, kuvittaja.

Torstai 5.3.2026 klo 18–19.30, Alajärvi-sali, Kaupintie 7, Alajärvi

* Postikorteissa ollaan Alajärven Pyhävuoren huipun kohdalla ja katsotaan Lappajärvelle päin, mutta eri aikoina maapallon historiassa.



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 muovaillaan 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 2025–2026 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 €.



Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

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

Makasiini, Sairaالات 3, Alajärvi

Ulla Hautamäki

Ma 15.15–16.15

1.9.–8.12.2025, 12.1.–11.5.2026

85 €, enintään 10 osallistujaa

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

Alajärven koulukeskus, kuvataideluokka D4,

Kaupintie 7, Alajärvi

Anni Viitasaari

To 16.15–17.45

4.9.–11.12.2025, 15.1.–7.5.2026

100 € enintään 12 osallistujaa

1103113 KUVATAIDEKOULU, PERUSOPETUS I-II

Alajärven koulukeskus, kuvataideluokka D4,

Kaupintie 7, Alajärvi

Anni Viitasaari

Ke 18.00–19.30

3.9.–10.12.2025, 14.1.–6.5.2026

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 D4,

Kaupintie 7, Alajärvi

Anni Viitasaari

To 18.00–19.30

4.9.–11.12.2025, 15.1.–7.5.2026

105 €, enintään 12 osallistujaa

**1103123 KUVATAIDEKOULU,
PERIODIPAJA/TYÖPAJA**

Makasiini, taideluokka, Sairaالات 3, Alajärvi

Ulla Hautamäki

Ma 16.30–19.00

1.9.–8.12.2025, 12.1.–11.5.2026

135 €, enintään 14 osallistujaa



1103201 KUVATAIDEKOULU, PERUSOPETUS I-II

Taimelan koulu, kuvataideluokka, Koulutie 5,
Lehtimäki

Ulla Hautamäki

Ke 15.15–16.45

3.9.–10.12.2025, 14.1.–6.5.2026

100 € / 105 €, enintään 12 osallistujaa

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

Soinin yhtenäiskoulu, kuvataideluokka, Koulutie 1,
Soini

Ulla Hautamäki

Ma 15.30–17.00

1.9.–8.12.2025, 12.1.–11.5.2026

85 €, 100 €, 105 €,
enintään 12 osallistujaa

HUOM! Valmentavat kokoontuvat 15:30-16:30,
Perusopetus 1 ja 2 kokoontuvat klo 15:30-17:00

**1103302 KUVATAIDEKOULU,
PERIODIPAJA/TYÖPAJA I-II**

Soinin yhtenäiskoulu, kuvataideluokka, Koulutie 1,
Soini

Ulla Hautamäki

Ma 17.15–19.45

1.9.–8.12.2025, 12.1.–11.5.2026

135 €, enintään 12 osallistujaa

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

1103401 KUVATAIDEKOULU, VALMENTAVA

OPETUS (5-6 -vuotiaat)

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 1, Aapiskuja 15,
Vimpeli

Kaisa Hautakoski

Ti 15.00–16.00

2.9.–9.12.2025, 13.1.–5.5.2026

85 €, enintään 10 osallistujaa

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

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 1, Aapiskuja 15
Vimpeli

Kaisa Hautakoski

Ti 16.15–17.45

2.9.–9.12.2025, 13.1.–5.5.2026

100 €, enintään 12 osallistujaa

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

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 1, Aapiskuja 15,
Vimpeli

Kaisa Hautakoski

Ti 18.00–19.30

2.9.–9.12.2025, 13.1.–5.5.2026

105 €, enintään 12 osallistujaa



1103404 KUVATAIDEKOULU, PERIODIPAJA

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 1, Aapiskuja 15,
Vimpeli

Lea Kinnunen

Ke 17.00–19.30

3.9.–3.12.2025, 7.1.–13.5.2026

135 €, enintään 14 osallistujaa

1103405 KUVATAIDEKOULU, TYÖPAJA I

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 1, Aapiskuja 15,
Vimpeli

Lea Kinnunen

To 17.00–19.30

4.9.–11.12.2025, 8.1.–14.5.2026

135 €, enintään 14 osallistujaa

KUVATAITEET

1103146 TEEMA JA MUUNNELMIA - TOPI LINJAMA

Alajärven kirkko, Kirkkotie 6, Alajärvi

Topi Linjama

Ke 18.00–20.00 29.10.2025

Bach ja muunnelmat: erilaiset muunnelmatyypit
(chaconelli, passacaglia tai melodiamuunnelma).

Luennoissa mukana pyöräretken tarinoita
(teoksesta Bach ja pyöräilyn taito).

1103131 KERAMIIKAN ALKEET

Makasiini, taideluokka, Sairaالات 3, Alajärvi

Ulla Hautamäki

La 10.00–14.00

6.9.–11.10.2025

Tunteja 20, 33 €, enintään 14 osallistujaa

Kurssilla käydään läpi keramiikan perustekniikoita
eri viikonloppuina. Voit tulla joko yhtenä
lauantaina tai valitsemiisi lauantaikursseihin.

Kurssilauantaiden pääaiheet ovat kulho,
dreijaaminen, taidetyö ja eläinfiguuri. Eri kerroilla
voidaan kuitenkin tehdä muitakin savitöitä myös
osallistujien toiveiden mukaan. Mahdollisuus
lasittamiseen.

Kurssi soveltuu kuvataidekoulussa opiskeleville
opintoja kerryttävinä valinnaisina opintoina, sekä
kaikille muillekin osallistujille lapsista aikuisiin.
Materiaalimaksu käytön mukaan.

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Kurssi on ilmainen Kuvataidekoulu Eerossa opiskeleville.



1103132 SARJAKUVAN ALKEET

Makasiini, taideluokka, Sairaالات 3, Alajärvi
Ulla Hautamäki

La 10.00–13.00 15.11.2025

17 €, enintään 14 osallistujaa

Opetellaan sarjakuvapiirtämisen alkeita.

Suunnitellaan ja piirretään oma sarjakuva. Varaa mukaan teräviä tusseja ja hyvää paperia, jos sinulla on. Tarvittaessa voit hankkia näitä myös opettajalta.

Kurssi soveltuu kuvataidekoulussa opiskeleville valinnaisina opintoina, jotka kerryttävät opintoja sekä kaikille muillekin osallistujille lapsista aikuisiin. Kuvataidekoulu Eerossa opiskelevilta ei peritä kurssimaksua.

1103133 LUONNONKASVIEN PIIRTÄMINEN

Makasiini, taideluokka, Sairaالات 3, Alajärvi
Anni Viitasaari

La 10.00–14.00

18.10.–1.11.2025

Tunteja 15, 26 €, enintään 14 osallistujaa

Luonnonkasvien piirtäminen ja maalaus.

Tarkastellaan kasvin eri osia ja mittasuhteita.

Tutustutaan samalla kasvien historiaan ja käyttöön.

Omat välineet, opettajalta voi ostaa tarvikkeita tarvittaessa. Tarvitset laadukasta paksuhkoa paperia, mustepullon sekä varren ja terän, lyijykynän tms. luonnostelua varten ja maalaustarvikkeita (esim. peite- tai vesivärit, siveltimiä).

Kurssi soveltuu kuvataidekoulussa opiskeleville opintoja kerryttävinä valinnaisina opintoina sekä kaikille muillekin osallistujille lapsista aikuisiin. Kuvataidekoulu Eerossa opiskelevilta ei peritä kurssimaksua.

1103140 VIIVAA JA VÄRIÄ II

Makasiini, taideluokka, Sairaالات 3, Alajärvi
Elina Försti

Ti 17.15–20.30

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026

Tunteja 56, 60 €, enintään 12 osallistujaa

Viivaa ja väriä II taidekurssi sisältää

syyslukukaudella grafiikan kokeiluja syvä- ja kohopaino tekniikoilla. Tutustutaan kuivaneula, carborundum, kartonki, lino ja monotypia tekniikoihin. Keväällä piirretään/ maalataan kuivapastelli-, öljypastelli- ja värikynillä oppilaiden toiveiden mukaan. Kurssi soveltuu sekä vasta-alkajille että jo pidempään kuvataidetta harrastaneille.

Opettajana toimii kuvataiteilija, taidemaalari Elina Försti.

1103160 GRAFIikka

Makasiini, taideluokka, Sairaالات 3, Alajärvi
Pirkko Ogawa

To 17.30–20.30

18.9.–20.11.2025, 15.1.–19.3.2026

Tunteja 24, 42 €, enintään 12 osallistujaa

Tule tekemään taidetta painamalla. Kurssilla tutustut perinteisiin ja uudempiin grafiikan painomenetelmiin. Kurssi sopii vasta-alkajille ja pidempään grafiikkaa tehneille.

Kokoontumiskerrat syksyllä: 18.9., 30.10. ja 20.11.2025 Kokoontumiskerrat keväällä: 15.1., 19.2. ja 19.3.2026. Materiaaleja voi ostaa opettajalta. Mukaan omat luonnosteluvälineet (kyniä, paperia), esiliina tai muu suojavaate, kumihansikkaat ja maski.

1103163 KUVIA VÄINÖLÄSTÄ

Villa Väinölä, Väinöntie 4, Alajärvi
Ritva Lindberg

La 10.00–16.00, Su 10.00–16.00

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

2.–3.8.2025

Tunteja 14, 26 €, enintään 14 osallistujaa

Tule tekemään kuvia Väinölästä! Tutustutaan kauniiseen rakennukseen, tutkitaan sitä sisältä ja ulkoa, etsitään viehättäviä näkymiä ja mielenkiintoisia yksityiskohtia. Piirretään ja maalataan kahden päivän ajan omia tunnelmakuja Alvar Aallon suunnittelemassa Villa Väinölässä.

Ota mukaan luonnostelupaperia, piirustusvälineet ja alusta (esim. tukevaa pahvia) sekä maalausvälineet, jos työskentelet maalaten. Lisätietoja Ritvalta puh. 040-8447017.

1103165 PAPERIASKARTELU AIKUISILLE

Makasiini, taideluokka, Sairaالات 3, Alajärvi
Kaarina Kangastupa

Ke 17.30–20.00 17.9.–26.11.2025

Tunteja 30, 43 €, enintään 12 osallistujaa
Paperista ja paperille voi askarrella monenlaista. Voidaan tehdä erilaisia vihkoja ja kansioita, kortteja, taidepäiväkirjoja, kalentereita ja valokuva-albumeja monenlaisilla tekniikoilla kurssilaisten toiveiden mukaan. Voit olla täysin kokematon paperiaskartelija tai konkari, tärkeintä on yhdessä tekemisen ilo.

1103240 KUVATAIDEPIIRI

Taimelan koulu, kuvataideluokka, Koulutie 5,
Lehtimäki

Tarja Pukkio

To 17.30–20.45

11.9.–20.11.2025, 15.1.–23.4.2026

Tunteja 56, 60 €, enintään 12 osallistujaa
Tervetuloa ennakkoluulottomasti 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

Tarja Pukkio

La 12.00–17.00, Su 12.00–17.00

13.–14.6.2026

Tunteja 12, 24 €, 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.

Kurssi pidetään Tarjan ateljeessa os. Leväjäventie 29, 63500 Lehtimäki.

1103425 KUVATAIDE - RENNOSTI TREENATEN

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 2, Aapiskuja 15,
Vimpeli

Ritva Lindberg

To 16.30–19.45

11.9.–20.11.2025, 15.1.–9.4.2026

Tunteja 52, 58 €, enintään 12 osallistujaa
Kurssilla piirretään ja maalataan eri tekniikoilla. Aloitetaan lyijykynällä ja jatketaan värien maailmaan. Harjoitellaan rennolla otteella kuvataiteen perusasioita ja tehdään myös omia teoksia.

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Ota ensimmäisellä kerralla mukaan HB, B2 ja B6 lyijykynät ja A3 piirustuspaperia. Muista materiaaleista ja välineistä tietoa ensimmäisellä kerralla.

1103430 POSLIININMAALAUUS JA

KUVATAIDE/Lyhytkurssi

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 2, Aapiskuja 15, Vimpeli

Sirpa Kataja

Ma 17.00–20.15

27.10.–24.11.2025, 12.1.–9.2.2026

Tunteja 40, 50 €, enintään 12 osallistujaa

Kurssi sopii kaikille posliinimaalauksesta ja/tai kuvataiteesta kiinnostuneille. Perehdytään eri tekniikoihin ja maalataan hajuttomilla nesteillä.

Kuvataiteessa voit maalata kaikilla menetelmillä ja väreillä. Saat henkilökohtaista ohjausta! Voit vapaasti maalata mitä haluat! Posliininmaalareilta peritään kurssimaksun lisäksi 15 euron polttomaksu. Lisätietoja Sirpalta 040-5572309.

1103431 KUVATAIDE / POSLIININMAALAUUS 1

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 2, Aapiskuja 15, Vimpeli

Sirpa Kataja

Ma 10.15–13.30

13.10.–1.12.2025, 12.1.–16.3.2026

Tunteja 68, 66 €, enintään 12 osallistujaa

Voit tehdä kuvataidetta kaikilla eri menetelmillä ja väreillä, myös piirtäen. Kurssi soveltuu kaikille maalauksesta kiinnostuneille. Saat

henkilökohtaista ohjausta! Aloittelijatkin mukaan!

Voit maalata myös posliinia hajuttomilla nesteillä.

Lisätietoja Sirpalta puh. 040-5572309. Polttomaksu 25 €.

1103432 KUVATAIDE / POSLIININMAALAUUS 2

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 2, Aapiskuja 15, Vimpeli

Sirpa Kataja

Ti 10.15–13.30

14.10.–2.12.2025, 13.1.–17.3.2026

Tunteja 68, 66 €, enintään 12 osallistujaa

Voit tehdä kuvataidetta kaikilla eri menetelmillä

öljy-, akryyli-, pastelli- tai vesivärein. Kurssilla voit

halutessasi maalata myös posliinia hajuttomilla nesteillä ja väreillä. Kurssi soveltuu kaikille maalauksesta kiinnostuneille. Aloittelijatkin mukaan! Lisätietoja Sirpalta puh. 040-5572309.

Posliininmaalareilta peritään 25 euron polttomaksu kurssimaksun lisäksi.

1103438 KUVATAITEEN KESÄKURSSI

Aapiskujan koulu, kuvataideluokka 2, Aapiskuja 15, Vimpeli

Sirpa Kataja

Ma 10.00–15.00, Ti 10.00–15.00, Ke 10.00–15.00

1.–3.6.2026

Tunteja 19, 42 €, enintään 12 osallistujaa

Vapaamuotoista maalausta omista aiheista. Voit maalata myös ulkona. Saat ohjausta öljy, akryyli, vesi ja pastellivärien käyttöön. Aloittelijatkin mukaan! Lisätietoja Sirpalta puh. 040-5572309.

MUSIIKKI

Soitinmusiikki, yksilöopetus

1101102 PIANONSOITTO, Makasiini A

Makasiini, musiikkitala 2, Sairaالات 3, Alajärvi
Arta Gutmane-Hautala

Ti 13.30–17.00

9.9.–25.11.2025, 13.1.–14.4.2026

75 € (15 min), 140 € (30 min)

Kullekin oppilaalle soittoajaksi varataan 15 minuuttia. Jos vapaita paikkoja jää, on mahdollisuus myös 30 minuutin soittoaikaan.

1101103 PIANONSOITTO, Makasiini B

Makasiini, musiikkitala 2, Sairaالات 3, Alajärvi
Arta Gutmane-Hautala

To 13.30–17.00

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

75 € (15 min), 140 € (30 min)

Kullekin oppilaalle soittoajaksi varataan 15 minuuttia. Jos vapaita paikkoja jää, on mahdollisuus myös 30 minuutin soittoaikaan.

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

1101201 PIANONSOITTO, Lehtimäki

Taimelan koulu, musiikkiluokka, Koulutie 5,
Lehtimäki

Opettaja avoinna

Ma 14.00–16.00

8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026

75 € (15 min), 140 € (30 min)

Pianonsoiton yksilöopetusta. Kullekin oppilaalle soittoajaksi varataan 15 minuuttia. Jos vapaita paikkoja jää, on mahdollisuus myös 30 minuutin soittoaikaan. Kurssi alkaa, jos opettaja löytyy.

1101301 PIANONSOITTO, Soini

Soinin yhtenäiskoulu, musiikkiluokka, Koulutie 3,
Soini

Opettaja avoinna

Ma 17.00–19.30

8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026

75 € (15 min), 140 € (30 min)



1101401 PIANONSOITTO

Vimpelin yhteiskoulu, Opintie 29, Vimpeli

Kati Koskinen

Ti 18.15–20.00

9.9.–25.11.2025, 6.1.–14.4.2026

75 € (15 min), 140 € (30 min)

Kullekin oppilaalle soittoajaksi on varattu 15 minuuttia. Jos vapaita paikkoja jää, on mahdollisuus myös 30 minuutin soittoaikaan. Jos jäät ilman paikkaa, ota varapaikka. Tunteja saatetaan lisätä toiselle päivälle. Kokoontuu luokassa 2.

1101205 RUMMUT

Taimelan koulu, musiikkiluokka, Koulutie 5,
Lehtimäki

Senni Hauta-aho

To 13.00–19.45

11.9.–4.12.2025, 8.1.–16.4.2026

140 €, enintään 8 osallistujaa

Rumpujensoiton yksilöopetusta paikan päällä Taimelan koululla tai etänä omalta tietokoneelta ja rumpusetiltä käsin. Tunnit ovat avoimia kaiken ikäisille ja tasoisille, eikä aiempaa kokemusta rumpujensoitosta 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

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

75 € (15 min), 140 € (30 min), enintään 5 osallistujaa

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

1101211 HARMONIKKAPIIRI, YHTEISSOITTO

Taimelan koulu, luokkatila, Koulutie 5, Lehtimäki
Heikki Jokiahho

To 19.00–20.30

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

56 €, enintään 14 osallistujaa

Yhteissoittoharjoituksia ja ohjelmiston rakentamista.

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.



1101405 VIULUNSOITTO

Vimpelin yhteiskoulu, Opintie 29, Vimpeli

Satu Lumiaho

Ke 14.30–18.30

10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

140 €, enintään 8 osallistujaa

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

Luokka 6

Soitinopetus, ryhmäopetus

1101111 KITARANSOITON ALKEISKURSSI

Alajärven koulukeskus, musiikkiluokka D7,

Kaupintie 7, Alajärvi

Urmas Peräsalo

Ma 17.30–18.15

8.9.–24.11.2025, 12.1.–20.4.2026

50 €, enintään 7 osallistujaa

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

1101112 KITARANSOITON JATKOKURSSI

Alajärven koulukeskus, musiikkiluokka D7,

Kaupintie 7, Alajärvi

Urmas Peräsalo

Ma 18.15–19.00

8.9.–24.11.2025, 12.1.–20.4.2026

50 €, enintään 6 osallistujaa

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

1101310 BÄNDISOITTO, AIKUISET

Soinin yhtenäiskoulu, musiikkiluokka, Koulutie 3

Jarkko Järvenpää

Su 14.00–17.00

14.9.–30.11.2025, 20.1.–25.4.2026

Tunteja 40, 50 €

Kurssilla soittamme opettajan valitsemia oppilaiden taitoihin ja musiikkimakuun soveltuvia kappaleita. Kokoontumiskerrat (noin joka 3. viikko) sovitaan kurssilla ja päivittyvät kalenteriin myöhemmin.

Ensimmäinen kokoontumiskerta tiedotetaan ilmoittautuneille erikseen.

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

1101410 PURONMUTKAN MUSIIKKIRYHMÄ

Puronmutkan palvelutalo/toimintakeskus,

Jäykäntie 1, Vimpeli

Satu Lumiaho

Ti 9.30–10.30

13.1.–14.4.2026

30 €, enintään 10 osallistujaa

Soitetaan, lauletaan ja kuunnellaan musiikkia.

1101116 MUSIIKKITEKNOLOGIA

Alajärven koulukeskus, musiikkiluokka D7,

Kaupintie 7, Alajärvi

Urmas Peräsalo

Ke 17.30–19.00

10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

56 € enintään 6 osallistujaa

Kurssilla perehdytään PA-laitteistoon, miksaukseen, äänitys- ja nuotinnusohjelmaan tietokoneella ja mikityksiin. Tehdään tehtäviä kunkin mielenkiinnon mukaisesti.

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Laulu ja kuorot

1101145 YKSINLAULU A, Alajärvi

Makasiini, musiikkitala 2, Sairaالات 3, Alajärvi
Heta Sammalisto

Ma 12.45–19.00

8.9.–24.11.2025, 12.1.–20.4.2026

180 €, enintään 11 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
www.hetasammalisto.com

1101147 YKSINLAULU B, Alajärvi

Makasiini, musiikkitala 1 / ATK, Sairaالات 3, Alajärvi

Anna-Liisa Mäntyniemi-Kylander

Ke 14.15–19.30

10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

180 €, enintään 7 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.

1101148 YKSINLAULU C, Alajärvi

Makasiini, musiikkitala 1 / ATK, Sairaالات 3, Alajärvi

Anna-Liisa Mäntyniemi-Kylander

To 14.15–19.30

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

180 €, enintään 7 osallistujaa

1101245 YKSINLAULU, Lehtimäki

Taimelan koulu, Koulutie 5, Lehtimäki

Opettaja avoinna

Ma 17.30–19.30

8.9.–24.11.2025, 12.1.–20.4.2026

Alkaa, jos opettaja löytyy.

1101345 YKSINLAULU, Soini

Soinin yhtenäiskoulu, Koulutie 1, Soini

Opettaja avoinna

Ma 14.30–16.30

8.9.–24.11.2025, 12.1.–20.4.2026

Alkaa, jos opettaja löytyy.

1101445 YKSINLAULU, Vimpeli

Vimpelin yhteiskoulu, Opintie 29, Vimpeli

Heta Sammalisto-Muhonen

Ti 13.30–19.00

9.9.–25.11.2025, 13.1.–14.4.2026

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
Kokoontuu musiikkiluokassa (luokka 23)

1101140 SEKAKUORO / ALAJÄRVI-KUORO

Alajärven koulukeskus, musiikkiluokka D7, Kaupintie 7, Alajärvi

Urmas Peräsalo

Ti 18.30–20.00

9.9.–25.11.2025, 13.1.–14.4.2026

56 €, enintään 50 osallistujaa

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Kuorossa harjoitellaan kolmi- tai neliaänisiä teoksia perinteisemmästä säestyksettömästä musiikista pianolla säestettäviin modernimpiin rytmimusiikkiin teoksiin. Nuotinlukutaitoa ei tarvitse olla. Myös uudet kuorotoiminnasta kiinnostuneet laulajat ovat tervetulleita mukaan!



1101141 NAISKUORO HETKI

Alajärven koulukeskus, musiikkiluokka D7,

Kaupintie 7, Alajärvi

Johanna Valkeinen

Ma 18.00–19.30

25.8.–19.11.2025, 12.1.–16.4.2026

Tunteja 48, 56 € enintään 50 osallistujaa

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

1101240 LEHTIMÄEN MIESKUORO

Taimelan koulu, musiikkiluokka, Koulutie 5,

Lehtimäki

Marita Jokiahö

Ma 18.00–19.30

8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026

56 € enintään 50 osallistujaa

Lauletaan lauluja laidasta laitaan yksiaänisesti.

1101341 NAISKUORO TIIMA

Soinin yhtenäiskoulu, musiikkiluokka, Koulutie 3,

Soini

Johanna Valkeinen

Ke 18.00–19.30

25.8.–24.11.2025, 12.1.–11.4.2026

56 €, enintään 50 osallistujaa

Naiskuoro Tiima kokoontuu treeneihin kerran kuussa, mutta harjoittelee itsenäisesti viikoittain opettajan tekemien stemmanauhojen perusteella. Aikataulu tarkentuu syksyllä. Luokka 23.

1101440 MIESKUORO / VIMPELIN MIESLAULAJAT

Lakis Areena, Lakeaharjuntie 103, Vimpeli

Olli Uusitupa

Ti 18.30–21.00

9.9.–18.11.2025, 13.1.–7.4.2026

68 €, enintään 40 osallistujaa

Äänen muodostusta ja muokkausta sekä harjoitusta moniääniseen lauluun, uusien laulujen ja stemmojen harjoittelua. Valmistautumista konsertteihin ja muihin esiintymisiin.

KÄDEN TAIDOT, MUOTOILU

Kudonta ja käsityöt

1104101 KANKAANKUDONTA, Makasiini

Makasiini, kudontatila, Sairaالات 3, Alajärvi

Minna Kulmala

Ma 13.30–16.00

8.9.–24.11.2025, 12.1.–20.4.2026

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

1104110 KAIKENLAISET KÄSITYÖT

Alajärven koulukeskus, tekstiilityöluokka, Kaupintie

7, Alajärvi

Maija Yli-Hemminki

Ma 17.30–20.00

8.9.–24.11.2025, 12.1.–20.4.2026

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

68 €, enintään 16 osallistujaa

Käsitöitä laidasta laitaan, vapaavalintaisia töitä.

Joku ommellen, toinen virkatén tai neuloen, kirjoen ja soveltaen. Taidoista riippumatta, oman maun ja mielenkiinnon mukaan.

1104111 KUDONTA JA KÄSITYÖT, Kurejoki

Alakylän kylätalo, Höykkyläntie 54, Kurejoki

Minna Kulmala

To 14.00–16.30

11.9.–27.11.2025, 8.1.–16.4.2026

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 käsitöitä kankaankudonnan lisäksi.

1104112 KUDONTA ja KÄSITYÖT, Levijoki

Levijoen nuorisoseurantalo, Tikkasentie 47, Alajärvi

Minna Kulmala

Ma 11.00–13.15

8.9.–24.11.2025, 12.1.–20.4.2026

68 €, enintään 14 osallistujaa

Kurssilla opetellaan kankaiden rakentamista ja kudotaan käyttö- ja sisustustekstiilejä kurssilaisten toiveiden ja tarpeiden mukaisesti. Mukaan voi tulla myös ompelemaan ja tekemään muita käsitöitä, kuten virkkaus-, neule-, solmeilu- ja helmitöitä.



1104114 KUDONTA JA KÄSITYÖT, Saukonkylä

Saukonkylän ent. koulu, Saukonkyläntie 108,

Saukonkylä

Minna Kulmala

To 11.00–13.30

11.9.–27.11.2025, 8.1.–16.4.2026

68 €, enintään 12 osallistujaa

Kurssilla opetellaan kankaiden rakentamista ja kudotaan erilaisia kodintekstiilejä kurssilaisten toiveiden ja tarpeiden mukaisesti. Mukaan voi tulla tekemään muitakin käsitöitä, kuten neuleita, sashiko-kirjontaa ja vahakankaita. Kurssi sopii myös aloittelijoille.

1104120 KANSALLISPUKUPAJA

Alajärven koulukeskus, tekstiilityöluokka, Kaupintie 7, Alajärvi

Tuula Latomäki

Pe 17.30–20.45

26.9.–21.11.2025, 16.1.–3.4.2026

Tunteja 40, 50 €, 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

Makasiini, Sairaالاتie 3, Alajärvi

Tuula Latomäki

Ti 12.30–15.00

9.9.–25.11.2025, 13.1.–14.4.2026

Tunteja 39, 50 €, enintään 14 osallistujaa

Kässäkahvilassa tehdään erilaisia käsitöitä toivomusten mukaan.

1104135 NEULONTALAUANTAIT

Makasiini, taideluokka, Sairaالاتie 3, Alajärvi

Pirjo Huhtakangas

La 10.00–16.00

15.11.–13.12.2025, 24.1.–7.2.2026

Tunteja 35, 48 €, enintään 10 osallistujaa

Mahdollisuus neuloa neulekoneella - ohjaajalla neulekoneita, joilla voi harjoitella. Oman koneen voi ottaa mukaan. Voit myös tehdä omia virkkaus- tai neuletöitä opettajan ohjaamana.

Kurssi kokoontuu ensimmäisellä kerralla 15.11. keittiöluokassa.

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

1104142 SASHIKO-kirjonta

Makasiini, kahviotila, Sairaالات 3, Alajärvi

Minna Kulmala

La 9.30–16.00, 6.–13.9.2025

Tunteja 16, 28 €, enintään 16 osallistujaa

Tule kokeilemaan perinteistä, japanilaista etupistokirjontaa! Sashiko-kirjonnassa kuviot ovat tarkkoja, geometrisiä ja toistuvia. Kurssilla opetellaan tekniikan perusteet ja kirjotaan kankaalle suunniteltu kuvio/ kuviot oman valinnan mukaan. Voit kirjoa esimerkiksi yksityiskohdan vanhaan vaatteeseen tai näyttävän sohvatyynyn. Osallistuminen ei vaadi aiempaa kirjonnasta osaamista.

Tarkemmat tiedot työvälineistä ja materiaaleista tiedotetaan ilmoittautuneille. Neulan, lankaa ja kirjontakankaan saat tarvittaessa opettajalta.

1104145 NUKKEJA, NALLEJA JA TONTTUJA

Alajärven koulukeskus, kotitalousluokka D1,

Kaupintie 7, Alajärvi

Kaisa Karala

Ti 17.30–20.30

9.9.–25.11.2025

Tunteja 40, 50 €, enintään 14 osallistujaa

Kurssilla tehdään posliini- tai paperimassanuken repro esim. lapsuuden Martta-nukke, antiikkinen posliininukke tai nyky nukke. Kokoja ja vaihtoehtoja on paljon. Voit myös muotoilla oman tontun tai ommella antiikkisen nallen.

Uutuutena on pumpulinuket (spun cotton dolls), joiden materiaalina käytetään pumpulia. Voit tuki tehdä vaikka kaikkea, aivan oman valinnan mukaan.

Suunnittelukerta ti 9.9., jonka jälkeen viikon tauko tarvikkeiden hankintaan.

Materiaalikustannukset 15 - 160 € valitun työn mukaan.

1104201 KUDONTA ja KÄSITYÖT, Keskikylä

Lehtimäen palvelutoimisto, Keskustie 2, Lehtimäki

Minna Kulmala

Ke 15.00–17.30

10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

68 €, 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.

1104202 KUDONTA ja KÄSITYÖT, Kirkonkylä

Kirkonkylän ent. painikämpä, Ala-Mattisentie 2, Lehtimäki

Minna Kulmala

Ke 18.00–20.30

10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

68 €, enintään 12 osallistujaa

Kurssilla opetellaan kankaan rakentamisen vaiheet ja tutustutaan erilaisiin sidoksiin ja materiaaleihin. Kankaankudonnan avulla toteutettavien tekstiilien lisäksi kurssilla tehdään monenlaisia käsitöitä. Tekniikat ja tehtävät työt määräytyvät kurssilaisten toiveiden ja mielenkiinnon mukaan. Sopii sekä aloittelijoille että kudontaa aiemmin harrastaneille.

1104221 KÄSSÄKAHVILA, LEHTIMÄKI

Lehtimäen palvelutoimisto, Keskustie 2, Lehtimäki

Tuula Latomäki

To 12.30–15.00

11.9.–20.11.2025, 15.1.–23.4.2026

Tunteja 39, 50 €, enintään 14 osallistujaa

Kässäkahvilassa tehdään erilaisia käsitöitä toivomusten mukaan.

1104158 NEULOTAAN ENGLANNIKSI

Alajärven koulukeskus, tekstiilityöluokka, Kaupintie 7, Alajärvi

Miia Saukko

To 17.30–19.45, Pe 17.30–19.45

25.–26.9.2025

Tunteja 6, 20 €, enintään 16 osallistujaa

Oletko harmitellut, että netti on täynnä kauniita neulontaohjeita, jotka ovat englanninkielisiä? Tällä kurssilla otetaan rohkeasti haaste vastaan ja opetellaan neulomaan englanniksi. Kurssilla opit keskeisimmän englanninkielisen neulomissanaston, saat tukea ohjeiden lukuun sekä neuletekniikoihin. Tuo tullessasi jokin englanninkielinen neuleohje sekä materiaalit, niin laitetaan yhdessä puikot heilumaan ja kielimuuri veks!

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

1104170 KAHVIPUSSEISTA ILMAISTA ILOA

Makasiini, kahviotila, Sairaالات 3, Alajärvi
Minna Kulmala

Ti 18.00–20.30, 2.–9.12.2025

Tunteja 6, 18,00 €, enintään 12 osallistujaa

Tule opettelemaan kahvipussien punomista; voit punoa esimerkiksi kassin tai sisustuskorin.

Ota mukaan ensimmäiselle tapaamiskerralle avattuja ja pestyjä kahvipusseja (70 kpl), pyykkipoikia, maalarinteippiä, sakset ja viivain. Mikäli sinulla ei ole kahvipusseja tai haluat punoa vanhoista sanomalehdistä tai ylijäämätafetista, olet tervetullut mukaan.



1104301 KANKAANKUDONTA, Soinin keskusta

Soinin kudontatilat, Teollisuustie 8, Soini

Minna Kulmala

Ma 18.00–20.30

8.9.–24.11.2025, 12.1.–20.4.2026

68 €, enintään 14 osallistujaa

Tule opettelemaan kankaankudontaa! Kurssilla suunnitellaan ja rakennetaan loimia, kudotaan yksilöllisiä vaatetus- ja sisustustekstiilejä kurssilaisten toiveiden mukaisesti. Kurssi sopii myös aloittelijoille.

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

1104315 KUDONTA ja KÄSITYÖT, Parviainen

Parviaisen puuhatupa, Multiantie 710, Soini

Minna Kulmala

To 18.00–20.30

11.9.–27.11.2025, 8.1.–16.4.2026

68 €, enintään 12 osallistujaa

Kurssilla opetellaan kankaiden rakentamista ja kudotaan erilaisia kodintekstiilejä. Perehdytään käsitöihin, kuten sashiko-kirjontaan, kirjoneuleisiin, helmitöihin sekä solmeiluun.

1104321 KÄSSÄKAHVILA, SOINI

Soinin kudontatilat, Teollisuustie 8, Soini

Tuula Latomäki

Ti 12.30–15.00

16.9.–25.11.2025, 20.1.–21.4.2026

Tunteja 39, 50 € enintään 14 osallistujaa

Mahdollisuus tehdä erilaisia käsitöitä toivomusten mukaan.

1104410 KUDONTA, Vimpeli

Aapiskujan koulu, kudontatilat, Aapiskuja 15

Vimpeli

Vuokko Oja-Hautamäki

Ke 16.00–18.30

10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

68 €, enintään 12 osallistujaa

Kurssilla suunnitellaan ja kudotaan kurssilaisten toivomia sisustus- ja käyttötekstiilejä. Tavoitteena on oppia loimen rakentaminen puihin, kankaan rakentaminen ja kutominen eri sidoksilla ja materiaaleilla. Tervetuloa myös kutomisesta kiinnostuneet uudet opiskelijat oppimaan käsityötaitoja!

1104412 KUDONTA, Sääksjärvi

Sääksjärven ent. koulu, Pajatie 17, Sääksvesi

Vuokko Oja-Hautamäki

Ma 17.00–19.30

8.9.–17.11.2025, 12.1.–13.4.2026

Tunteja 39, 50 €, enintään 12 osallistujaa

Kokoonnutaan joka toinen maanantai suunnittelemaan ja kutomaan kangaspuilla, neulomaan tai virkkaamaan yhdessä. Jaetaan ideoita keskenämme ja keitetään teet.

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

1104421 KÄSSÄKAHVILA, VIMPELI

Aapiskujan koulu, Aapiskuja 15, Vimpeli

Tuula Latomäki

Joka toinen To 12.30–15.00

18.9.–30.12.2025, 8.1.–16.4.2026

50 €, enintään 14 osallistujaa

Kässäkahvilassa tehdään erilaisia käsitoita toivomusten mukaan.

1104175 LUONNONVÄREJÄ VILLALANKAAN

Vainio, Sihtalantie 187, Kurejoki

Aana Vainio

To 4.6.2026 klo 16.00–21.15

20 €, 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-aniliinipunainen. Kurssin tarvikemaksuun (25,- €) 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.

Puutyöt ja sepäntyöt

1104150 PUUTYÖT

Alajärven koulukeskus, puutyöluokka D3, Kaupintie

7, Alajärvi

Mauno Yli-Mannila

To 17.00–20.15

18.9.–4.12.2025, 15.1.–16.4.2026

76 €, enintään 15 osallistujaa

Kurssi vasta-alkajille ja enemmän harrastaneille.

Valmistetaan pienimuotoisia kodin käyttöesineitä opiskelijoiden tarpeiden mukaisesti.



1104152 LIPPAUISTINTEN VALMISTUS

Alajärven koulukeskus, puutyöluokka D3,

Kaupintie 7, Alajärvi

Mauno Yli-Mannila

Ti 17.00–20.15

13.1.–24.3.2026

Tunteja 40, 50 €, enintään 15 osallistujaa

Lippauistimen tekeminen. Opettajalta saa tarvikkeet, n. 2 €/ uistin.

1104155 SEPÄNTYÖT

Heikkilän paja, Möksyntie 35, Möksy

Kyösti Heikkilä

Ke 18.30–21.00

10.9.–26.11.2025, 15.1.–22.4.2026

68 €, enintään 10 osallistujaa

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

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.



1104157 PUUKKOKURSSI

Heikkilän paja, Möksyntie 35, Möksy

Kyösti Heikkilä

La 9.00–15.00

17.1.–14.2.2026

Tunteja 35, 48 €, enintään 10 osallistujaa

Valmistetaan käyttöpuukko ja puukolle tuppi.

Hiilistä ja muista materiaaleista maksu käytön mukaan. Kuulo- ja silmäsuojat sekä pajaan sopivat työvaatteet mukaan.

1104159 TUHKAUURNAN VALMISTUS

Alajärven koulukeskus, puutyöluokka D3, Kaupintie 7, Alajärvi

Mauno Yli-Mannila

Ti 17.00–20.15

23.9.–25.11.2025

Tunteja 36, 48 €, enintään 15 osallistujaa

Tule suunnittelemaan ja tekemään persoonallinen tuhkaurna puusta.

1104161 TAONTA TUTUKSI

Heikkilän paja, Möksyntie 35, Möksy

Kyösti Heikkilä

To 9.30–11.30

18.9.–11.12.2025, 15.1.–9.4.2026

45 €, enintään 10 osallistujaa

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

1104250 PUUTYÖT

Taimelan koulu, puutyöluokka, Koulutie 5, Lehtimäki

Erkki Linna

Ti 18.30–21.00

9.9.–25.11.2025, 13.1.–14.4.2026

68 €, 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

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

68 €, enintään 12 osallistujaa

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

1104357 PUHDETYÖT, Parviainen

Parviaisen puuhatupa, Multiantie 710, Soini

Rami Puro

To 18.00–20.30

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

68 €, enintään 12 osallistujaa

Tehdään pienehköjä puuesineitä kurssilaisten tarpeiden mukaan.

1104450 PUUTYÖT

Vimpelin yhteiskoulu, Opintie 29, Vimpeli

Anttu Kivikangas

Ma 16.00–19.00

8.9.–24.11.2025, 12.1.–20.4.2026

76 €, enintään 15 osallistujaa

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

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Muut taide- ja taitoaineet

1198110 KIVAT-PIIRI A

Hoitokoti Sateenkaari, Myllyvainiontie 4 D, Alajärvi

Riitta Hotakainen

Ke 16.00–17.30

10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

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

Toimipaikka avoin

Riitta Hotakainen

Ma 17.00–18.30

8.9.–24.11.2025, 12.1.–20.4.2026

Tunteja 48, 56 €, enintään 12 osallistujaa

Kurssiohjelma suunnitellaan opiskelijoiden kanssa: kokkikerhoa, musiikin kuuntelua, ilmaisutaitoa jne.

Ei sähköistä ilmoittautumista. Mahdollista saada opintoseteliavustus.

TANSSI

1105107 LAVATANSSIKURSSI, PERUSTEET

Alakylän koulu, liikuntasali, Höykkyläntie 54,

Kurejoki

Niina ja Heikki Kari

To 18.15–19.25

11.9.–20.11.2025, 15.1.–26.3.2026

Tunteja 22, 35 €, enintään 30 osallistujaa

Aloita tanssiharrastus tästä kurssista. Aiempaa kokemusta et tarvitse ja saat tilaisuuden oppia tanssin perusteet rennossa ja kannustavassa ympäristössä. Syksyn aikana Foksin, Fuskun ja Hitaan

Valssin rytmit ja askeleet antavat hyvän pohjan lavatanssille. Keväällä vuorossa on Tango, Bugg ja

Rumba-Bolero. Kurssilla korostuu vienti ja seuraaminen, mikä on tärkeää parin kanssa tanssiessa.

Hitaampi eteneminen ja toistojen tekeminen auttavat varmistamaan, että voit omaksua tanssiasikeleet ja -kuviot kunnolla 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, PERUSTEITTEN OSAAJAT

Alakylän koulu, liikuntasali, Höykkyläntie 54, Kurejoki

Niina ja Heikki Kari

To 19.30–20.40

11.9.–20.11.2025, 15.1.–26.3.2026

Tunteja 22, 35 €, enintään 30 osallistujaa

Kurssi sopii sinulle, jos tavallisempien lavatanssien perusteet on jo tuttuja ja haluat kerrata ja oppia lisää saaden varmuutta tanssiisi. Kerrataan tanssin perusasioita ja opetellaan lajinomaista liikkumista, vientiä, seuraamista, tekniikkaa ja kuvioita eri lavatanssilajeista. Syksyn tanssilajit ovat Foksi, Fusku ja Hidas Valssi. Keväällä jatketaan Tangolla, Buggilla ja Rumba-Bolerolla.

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

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

1105109 LAVATANSSILAUANTAI

Alvariini Areena, Paavolantie 1, Alajärvi
Niina ja Heikki Kari
La 11.00–15.00 13.9.2025
Tunteja 6, 20 €, enintään 50 osallistujaa
Tervetuloa osallistumaan lavatanssikurssille, jossa sinulla on tilaisuus tutustua tai kerrata lavatansseja lyhyellä päivän mittaisella kurssilla! Aiempaa tanssikokemusta et tarvitse.

Kurssilla tutustutaan seuraaviin tanssilajeihin Tango, Fusku ja Hidas Valssi. Tanssi on loistavaa liikuntaa ja se sopii kaikenikäisille, joten voit osallistua yksin, parin kanssa tai vaikka ystäväporukalla.

Mukaan tarvitset: luistavapohjaiset kengät, juomapullon sekä iloisen ja avoimen mielen.

1105105 LAVATANSSIKURSSI, ALKEISTASO

Lakis Areena, Lakeaharjuntie 103, Vimpeli
Anne-Marja Sillman
To 18.30–20.00
11.9.–4.12.2025, 15.1.–23.4.2026
40,00 € enintään 50 osallistujaa
Mieleni tekisi hypellä. Nyt rohkeasti matalan kynnyksen tanssikurssille! Tanssilajit oppimista tukevassa järjestyksessä. Lähdemme liikkeelle perustansseista, helpoimmasta haastavampaan.

Syyskaudella harjoitellaan seuraavat lajit: Foxi, hidas valssi ja kävelyhumppa, kokoontumiset 25.09., 16.10, 30.10, 13.11, 27.11 ja 04.12.2025. Kevätkaudella harjoitteleminen: Bugg, Fusku ja Tango.. Perusteet ja muutama kuvio haltuun kesää varten treenaten ahkerasti huumoripitoisessa joukossamme. Kokoontumiset: 22.01, 05.02, 26.02,12.03, 09.04, 16.04 ja 23.04.2026

1105106 LAVATANSSIKURSSI JATKAJILLE

Lakis Areena, Lakeaharjuntie 103, Vimpeli
Anne-Marja Sillman

To 20.00–21.30

11.9.–4.12.2025, 15.1.–23.4.2026

40,00 € enintään 40 osallistujaa

Alkeiskurssin taidot hallitsevalle ja jo jonkin verran tanssia harrastaneille mahdollisuus kehittää itseään "virtuoosiksi". Perehdymme tarkemmin perustanssilajien kuviosarjoihin ja tekniikkaan sekä lisäksi otamme uusia tanssilajeja mahdollisuuksien mukaan. Syksyllä tutuksi tulevat Cha cha, rumbabolero ja blues. Kokoontumiset: 25.09, 16.10, 30.10, 13.10, 27.10, 04.12.2025

Keväällä erilaisia tangoja, lisäystä Fuskuun ja Buggiin, Masurkka ja Bachatan alkeet. Tule yksin tai kaksin. Aktiivinen osallistuminen suotavaa edistymisen vuoksi. Kokoontumiset: 22.01, 05.02, 26.02, 12.03, 09.04, 16.04 ja 23.04.2026

1105410 KANSANTANSSIA JA KANSANOMAISIA TANSSEJA

Rantakylän koulu, Hirsiniementie 1, Vimpeli
Anne-Marja Sillman
Su 17.30–20.30
21.9.–30.11.2025, 18.1.–26.4.2026
Tunteja 61, 70 €, enintään 30 osallistujaa
Tule kokemaan kansantanssin iloa oman parin kanssa. Huomaat nopeasti kunnon kohoavan ja tanssin monipuoliset vaikutukset keholle ja mielelle. Jotain vanhaa ja jotain uutta. Osallistujien tason mukaan mennään ja mahdollisuuksien mukaan käydään myös esiintymässä erilaisissa tilaisuuksissa. Mukana kypsässä iässä olevia ihmisiä, joiden mukaan on helppo tulla. Kynnys on matala.

KIELET

Suomi

1201101 SUOMEN KIELEN ALKEISKURSSI

Alajärven koulukeskus, luokka C1.4, Kaupintie 7, Alajärvi
Anna Lilja-Aaltonen

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

To 17.00–18.00

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 25 osallistujaa.

Alkeiskurssilla käytetään oppikirjaa Suomen mestari 1.

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

Maahanmuuttajien kurssimaksut katetaan opetushallituksen avustuksella. Ulkomaalaiset opiskelijat maksavat kurssimaksun itse. Ellei sinulla ole suomalaista henkilötunnusta, ilmoittaudu sähköpostilla kansalaisopisto(at)alajarvi.fi ilmoittamalla samat tiedot viestikentässä. Ilmoita henkilötunnus myöhemmin opiston toimistolle.

1201102 SUOMEN KIELEN JATKOKURSSI

Alajärven koulukeskus, luokka C1.4, Kaupintie 7, Alajärvi

Anna Lilja-Aaltonen

To 18.00–19.00

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 25 osallistujaa.

1201103 SUOMEN KIELEN KESKUSTELUKURSSI

Alajärven koulukeskus, luokka C1.4, Kaupintie 7, Alajärvi

Anna Lilja-Aaltonen

To 19.00–20.00

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

Tunteja 32, 45,00 €, enintään 25 osallistujaa.

1201405 KESKUSTELUKURSSI

MAAHANMUUTTAJILLE

Vimpelin yhteiskoulu, Opintie 29, Vimpeli

Lea Vasalampi

To 18.00–19.30

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

Tunteja 48, 56 €, enintään 25 osallistujaa

Kurssi on suunnattu maahanmuuttajille.

Tutustutaan suomalaiseen kulttuuriin ja tapoihin.

Kuullaan kokemuksia kotoutumisesta. Luokka 8. Aiheet osallistujien toiveiden mukaan.

Maahanmuuttajien kurssimaksut katetaan opetushallituksen avustuksella. Ulkomaalaiset opiskelijat maksavat kurssimaksun itse.

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 koulukeskus, luokka C1.2, Kaupintie 7, Alajärvi

Mirjam Huotari-Kallinki

Ke 18.00–19.30, hybridikurssi

10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

Tunteja 48, 56 €, enintään 21 osallistujaa

Kurssi espanjan kielen vasta-alkajille. Kurssin aikana opiskellaan espanjan perusteita: lukemista ja kirjoittamista, perussanastoa, fraaseja ja kielioppia. Opit puhumaan ja ymmärtämään espanjaa sekä käyttämään arkipäivän tilanteissa. Keskustellen ja kuunnellen opitaan ääntämistä ja lauseiden rakentamista. Oppikirja: Ventana 1, alusta. Voi osallistua myös Teams-sovelluksella.



Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

1207102 MATKAILUESPANJAN ETÄKURSSI

Verkossa

Anna Kaisa Puhakka

Ti 18.00–19.30, To 18.00–19.30

2.–11.6.2026

Tunteja 8, 20 €, 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 opiskelumateriaalin 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 oppitunteja ja sen voi halutessa tulostaa. Sähköposti pakollinen, sillä siihen tulee myös Teams-osallistumislinkki.

1207402 ESPANJA, ALKEET

Vimpelin yhteiskoulu, Opintie 29, Vimpeli

Mirjam Huotari-Kallinki

To 18.00–19.30

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

Tunteja 48, 56 €, enintään 21 osallistujaa

Kurssi espanjan kielen vasta-alkajille. Kurssin aikana opiskellaan espanjan perusteita: lukemista ja kirjoittamista, perussanastoa, fraaseja ja kielioppia. Opit puhumaan ja ymmärtämään espanjaa sekä käyttämään arkipäivän tilanteissa. Keskustellen ja kuunnellen opitaan ääntämistä ja lauseiden rakentamista. Oppikirja: Ventana 1, alusta. Voi osallistua myös Teams-sovelluksella.

Italia

1208101 ITALIAN KIELI, ALKEET

Verkossa

Diana Pinna Petrova

To 19.00–20.30

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

Tunteja 48, 56 €, enintään 15 osallistujaa

Tule oppimaan italiaa äidinkielenään puhuvan opettajan kanssa.

Kurssilla opit italian kulttuurista, kieliopin perusteita ja italialaisen puheen intonaatiota. Harjoittelemme kaikkia kielen osa-alueita: puhumista, kuuntelua, lukemista kuin kirjoittamistakin. 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.

1208102 ITALIAA MATKAILIJOILLE (B 1 taso)

Verkossa

Diana Pinna Petrova

La 16.15–17.45

13.9.–29.11.2025, 17.1.–25.4.2026

Tunteja 48, 56 €, enintään 12 osallistujaa

Tutustu Italiaan ja kehitä italian kielen taitojasi! Tämä kurssi vie sinut matkalle Italian turistisiin ja kulttuurisiin kohteisiin, tarjoten mukaansatempaavan oppimiskokemuksen, joka yhdistää kielen oppimisen ja maantieteellisen tutkimisen.

Italiankielinen opettaja antaa opiskelijoille autenttisen kosketuksen kieleen ja kulttuuriin. Tunneilla keskitytään kielen käytännön harjoitteluun tekstien lukemisen ja keskustelujen avulla. Kurssilla käsitellään Italian eri alueita. 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.

Opettajan oma materiaali. Kurssi on sopiva myös yläasteen ja lukion opiskelijoille.

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

1208103 ITALIAN KIELI, JATKO

Verkossa

Diana Pinna Petrova

Ke 19.40–21.10

10.9.–26.11.2025, 10.1.–15.4.2026

Tunteja 48, 56 €, enintään 12 osallistujaa

Tule oppimaan italiaa äidinkielenään puhuvan
opettajan kanssa.

Kurssi alkaa kertaamalla Bella Vista 1 -kirjan viiden ensimmäisen kappaleen keskeiset aiheet, joten et tarvitse täydellistä tietämystä aiemmista kappaleista. Sen jälkeen siirrymme opiskelemaan kirjasta kappaleesta 6 eteenpäin. Kurssi keskittyy erityisesti italian kielen puhumisen harjoitteluun ja sujuvuuden kehittämiseen. Oppitunneilla paljon puhumisharjoituksia. Kurssilla käytetään Bella Vista 1 -kirjaa, ja oppitunnit järjestetään Teams-alustalla. 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.

ESITTÄVÄ TAIDE JA KIRJALLISUUS

Näyttämötaiteet

1102401 NÄYTELMÄRYHMÄ

Sääksjärven nuorisoseura, Sääksjärventie 487,
Vimpeli

Maritza Parkkinen

Ti ja ke 18.00–21.15

16.9.–22.10.2025, 10.3.–22.4.2026

Tunteja 96, 76,00 €, enintään 12 osallistujaa.

Kurssilla harjoitellaan porukalle sopiva näytelmä ja esitetään yleisölle kahdessa osassa lokakuussa 2025 ja huhtikuussa 2026. Samalla opitaan lava- ja ryhmätyöskentelyä sekä lavastusta. Ryhmä on kaikenikäisille.

Kirjallisuus

1302101 KIRJALLISUUDEN LUKUPIIRI

Alajärven kirjasto, Kirkkotie 7, Alajärvi

Riitta-Liisa Lahti

Joka toinen ma 17.00–18.30

8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026

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

8.9.–24.11.2025, 12.1.–27.4.2026

Tunteja 26, 40 €, enintään 16 osallistujaa

Luetaan kauno- ja tietokirjallisuutta ja kokoonnutaan keskustelemaan teoksesta. Lukupiiriläisten toivomuksia otetaan huomioon mahdollisuuksien mukaan. Käsiteltäviä kirjoja listataan ensimmäisellä kerralla.

Kurssi kokoontuu kahden tai kolmen viikon välein riippuen teoksen laajuudesta.



1302102 KIRJOITAJAPIIRI

Alajärven kirjasto, Kirkkotie 7, Alajärvi

Leena Seppälä

Ke 17.30–19.45

10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

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.

1302302 TARINAPAJA - TOTTA VAI TARUA?

Humoristinen kirjoitusryhmä

Soinin liikekeskus, Kirjasto, Alajärventie 2, Soini
Kaisu Hildén

Joka toinen pe 13.00–14.30

19.9.–12.12.2025

24 €, enintään 10 osallistujaa

Valmiiden aiheiden mukaan tehty kirjoitus - runoa, proosaa, kronikka tai "hajatelma". Onko tarina omakohtainen vai hatusta vedetty. Yhdessä mietitään tarinoiden totuudenperää ja kirjoituksen haasteita kirjallisuuskäytännöstä. Ryhmä vahvistaa sosiaalista kanssakäymistä, yhdessä oppimista ja armollista kirjoittamista ja kuuntelemista.

Opettajana Kaisu Hildén Pohjanmaan Kirjailijat Ry:stä.

Historia ja sukututkimus

1301102 SUKUTUTKIMUKSEN PERUSKURSSI

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

Ma 18.00–20.00, 3.11.–8.12.2025

Tunteja 16, 30 €, enintään 12 osallistujaa

Kurssin aikana käydään läpi sukututkimuksen peruslähteet kirkonarkistoissa. Kurssi antaa valmiudet omatoimiseen tutkimukseen ja kertoo selkein esimerkein eri lähteiden sisällöistä. Tutuiksi tulevat niin alkuperäislähteet kuin erilaiset hakutietokannat internetin arkistoissa. Sopii erityisen hyvin aloittelijalle, mutta myös kertauksena pidemmälle ehtineelle. Kannettava tietokone tai tabletti mukaan.

1301101 SUKUTUTKIMUKSEN JATKOKURSSI

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

Ti 18.00–20.00, 7.10.–18.11.2025

Tunteja 16, 30 €, enintään 12 osallistujaa

Sukututkimuksen syventävä kurssi. Vanhat käsialat, lähteiden tarkempi tutkiminen, vanhat kartat ym. Kannettava tietokone tai tabletti mukaan.

1301105 HISTORIALLISET KARTAT JA SUKUTUTKIMUS

Makasiini, musiikkitalo 1 / ATK, Sairaالات 3,
Alajärvi

Lasse Pippola

Ti 18.00–20.15, 20.1.–10.2.2026

Tunteja 12, 24 €, enintään 12 osallistujaa

Kartat ovat oivallinen lähde sukututkimuksessa. Ne antavat hyvää kuvaa mm. talojen ja torppien paikoista, rajoista, viljelyksistä ja kaupunkien osoitteista.

1302150 ALAJÄRVI AALTOJEN AIKAAN

Alajärven kaupungintalo, valtuustosalin, Alvar
Aallontie 1, Alajärvi

Heikki Rantatupa

To 17.00–19.00, 28.8.2025

Yleisluento Alvar Aallon isän ja veljen maanmittaustöistä ja siten Alajärven ajasta 1910-30 -luvulla. Aaltojen kaupunki -tapahtuma.



Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.



1302152 DINOSAURUSTEN KÄYTTÄYTYMINEN, yleisöluento

Alajärven koulukeskus, Alajärvi-sali, Kaupintie 7, Alajärvi

Maija Karala

To 18.00–19.00 25.9.2025

Dinosaurukset elivät ja kuolivat miljoonia vuosia sitten. Ne jättivät jälkeensä vain luita ja muita kivettyneitä jäänteitä. Silti niiden käyttäytymisestä voidaan sanoa yllättävän paljon. Tule kuuntelemaan kiinnostavaa luentoa dinosaurusten ajasta.

Maija Karala - biologi, tiedetoimittaja ja kuvittaja - on luennoinut erilaisille yleisöille: yhdistyksille, kansalaisopistoille, kesälukioille, museoille ja tiedekeskuksille. Hän on toiminut mm. tiedekeskus Heurekan Jääkauden jättiläiset -näyttelyprojektissa.

1302153 POSTIKORTEJA MUINAISUUDESTA, yleisöluento

Alajärven koulukeskus, Alajärvi-sali, Kaupintie 7, Alajärvi

Maija Karala

To 18.00–19.30, 5.3.2026

Postikorteissa ollaan Alajärven Pyhävuoren huipun kohdalla ja katsotaan Lappajärvelle päin, mutta eri aikoina maapallon historiassa. Ensimmäinen sijoittuu kahden miljardin vuoden taakse, jolloin paikalla lainehti meri, jossa ei elänyt muuta näkyvän kokoista kuin sinilevää. Sitten kuljetaan läpi elämän historian, varhaisten merenelävien, dinosaurusten ajan, Lappajärven synnyn, jääkauden ja viimeisessä kuvassa ollaan

nykyhetkessä. Kuvien kautta mielenkiintoista tietoa kaikenikäisille.

YHTEISKUNNALLISET AINEET

1301103 KÄYTÄNNÖN LAKITieto

Makasiini, musiikkitalo 1 / ATK, Sairaالات 3, Alajärvi

Lasse Pippola

Ti 18.00–20.00, 18.11.–9.12.2025

Tunteja 16, 30 €, enintään 14 osallistujaa

Suomen oikeusjärjestelmä, työelämän lainsäädäntö, perintöoikeus, jokamiehen oikeudet jne. Ratkaistaan oikeustapaustehtäviä. Kurssi melko pitkälti lukion lakitiedon kurssia vastaava.

3202104 RAKENTAMISEN LYHYT OPPIMÄÄRÄ by Rakastajat 2.0, yleisöluento

Alajärven koulukeskus, Alajärvi-sali, Kaupintie 7, Alajärvi

Beata Kallio, Johanna Sikkilä

To 18.00–19.00, 30.10.2025

Rakentamisesta ja lupa-asioista huumorin avulla. Rakastajat2.0 -somea julkaisevat Beata Kallio ja Johanna Sikkilä opastavat rakentamisen saloihin.

MAA-, METSÄ- JA PUUTARHATALOUS

7102105 METSÄSTÄJÄKURSSI

Alajärven koulukeskus, luokka C 2.8., Kaupintie 7, Alajärvi

Pekka Hautamäki

Ma 18.00–20.30

13.4.–11.5.2026

28 €, enintään 25 osallistujaa

Metsästäjäutkintoon valmentava kurssi.

Ma 11.5. ampumaratakerta.

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.



7198105 KOTITARVELAMPURIN PERUSKURSSI

Makasiini, taideluokka, Sairaالات 3, Alajärvi

Maija Yliaho

La 9.00–14.00

13.9.–15.11.2025, 17.1.–11.4.2026

Tunteja 42, 54 €, enintään 10 osallistujaa

Kokoontumiset 13.9., 4.10., 15.11.2025, 17.1., 14.2., 14.3. ja 11.4.2026.

Omia lampaita omassa pihassa, miksikä ei! Lampaat ovat monipuolisia ja sopivan kokoisia eläimiä, joista on oikein hoidettuna iloa ja hyötyäkin. Jotta lampaat sekä niiden hoitajat voisivat hyvin, on tärkeää hallita lampaanhoidon alkeet. Niitä opit tällä kurssilla. Perehdyimme pienen märehitjän ruokintaan ja lampaan terveydenhoitoon. Harjoittelemme lampaan käsittelyä ja tutustumme kerinnän saloihin. Käymme läpi myös lampaanhoidon byrokratiaa. Ja koska usein lampurin alkaa tehdä mieli lisää lampaita, opiskellaan myös karitointiin liittyviä asioita. Kevätpuolella tutustutaan villan ja lihan käyttömahdollisuuksiin ja mietitään, minkälaisia laatumia itse kunkin tontilta löytyy. Villat 5 €/opiskelija.

7198106 MONIMUOTOINEN PUUTARHANHOITO

Alajärven koulukeskus, luokka C1.1, Kaupintie 7,

Alajärvi

Titta Väänänen

La 10.00–15.00, 7.2.2026

Tunteja 6, 20 €, enintään 20 osallistujaa

Tietoa monimuotoisesta puutarhanhoidosta: maaperästä huolehtiminen, ravinnekierto, pölyttäjät, kasvinsuojelu jne. Kasvivalinnat monimuotoiseen puutarhaan.

7198107 TAIMET JA KASVIT KIERTOON

Makasiini, Sairaالات 3, Alajärvi

Ke 16.00–19.00, 3.6.2026

Vietetään alkukesän ilta vaihtaen 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.

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

7198108 SATOA METSÄPUUTARHASTA

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

Titta Väänänen

La 10.00–15.00, 25.10.2025

Tunteja 6, 20 €, enintään 20 osallistujaa

Olisiko sinulla kiinnostusta hyödyntää pienempää tai suurempaa maa-aluetta. Kurssilla saat tietoa satoa antavista monivuotisista kasveista ja metsäpuutarhan perustamisesta.

7198109 PERMAKULTTUURIA KOTIPIHAAN - Käytännön sovelluksia luonnosta mallia ottavaan kotitarveviljelyyn

Verkossa

Henna Jämsä

Ma 18.00–19.30, Ti 18.00–19.30

15.9.–7.10.2025 (ei 29. ja 30.9.)

Tunteja 12, 24 €, enintään 12 osallistujaa

Permakulttuuri on ekologiaan perustuva kokonaisvaltainen suunnittelumenetelmä, jossa mallia otetaan luonnon omista prosesseista. Sen

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

avulla voi suunnitella kestäviä järjestelmiä puutarhoihin, ihmisyhteisöihin tai vaikkapa talousjärjestelmiin liittyen. Tällä kurssilla tutustutaan permakulttuurin etiikkaan, periaatteisiin ja suunnittelutyökaluihin ja sovelletaan niiden käyttöä kotipuutarhassa. Kotipuutarha voi tässä tapauksessa olla mitä vaan hehtaarihasta parvekeruukkuihin. Kuuden luentokerran aikana puhutaan mm. kateviljelystä, kumppanuuskasveista, erilaisista kompostointimenetelmistä, monivuotisista vihanneksista ja satoisasta metsäpuutarhasta. Kurssilla saat myös vinkkejä syventävään kirjallisuuteen ja linkkejä nettisivuille omatoimista jatko-opiskelua varten.

7198210 MONIMUOTOINEN PUUTARHANHOITO

Taimelan koulu, Koulutie 5, Lehtimäki

Titta Väänänen

To 17.30–20.00, 9.–16.4.2026

Tunteja 6, 20 €, enintään 20 osallistujaa

Tietoa monimuotoisesta puutarhanhoidosta: maaperästä huolehtiminen, ravinnekierto, pölyttäjät, kasvinsuojelu jne. Kasvivalinnat monimuotoiseen puutarhaan.



7198111 SIENIKURSSI

JAMI, Kurejoen yksikkö, Kurejoentie 390, Kurejoki
Leena Franssila-Karvinen

Tunteja 4, 17,00 € enintään 30 osallistujaa

Kurssin kokoontumispäivä sienitilanteen mukaan –

tiedotetaan ilmoittautuneille erikseen. Alustavasti varattu to 11.9.2025 klo 17 – 20.15.

Kurssilaisten toivotaan tuovan kurssille mukanaan tunnistettavia sieniä (varmat ruokasienet toiseen, epämääräiset toiseen astiaan), jotta saadaan mahdollisimman paljon lajeja tutkittavaksi. Maastossa kierretään reilun kilometrin mittainen reitti samalla sienestäen ja lajintuntemusta varmistellen. Kurssi toteutetaan säässä kuin säässä. Mukaan tarvitset sienikorin/ämpärin, sieni- tai hedelmäveitsen, eväät reppuun (juotavaa!), sienikirjan (jos on), istuinalustan, suojauksen hirvikärpästen varalta, jos olet herkistynyt niille ja maastokelpoiset kengät ja muut asusteet. Lisätietoja Leena Franssila-Karvinen, p. 045-6303713



7198114 PÖRRIÄISET KOTIPIHASSA

Makasiini, musiikkitala 1 / ATK, Sairaalatie 3,
Alajärvi

Marko Ahola

Ti 17.00–19.15, 7.4.2026

17 €, enintään 15 osallistujaa

Tule kuuntelemaan ja oppimaan kuinka saat kotipihalles pölyttäjille / perhosille paremman ympäristön. Saat tietoa millaiset kasvit houkuttelevat pörriäisiä puoleensa ja kuinka niitä voidaan auttaa luonnossa selviytymään. Ota mukaan muistiinpanovälineet.

7198115 VIJELY LAVALAATIKOSSA

Kurssipaikka ilmoitetaan myöhemmin

Marko Ahola

Ke 17.00–19.15, 27.5.2026

17 €, enintään 15 osallistujaa

Laatikkoviljely säästää selkää ja se ei vaadi suurta tilaa kotipuutarhassa tai palstalla. Puutarhakurssilla käymme läpi mm. laatikkoviljelmän perustaminen,

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

sopivat kasvit, lannoitus, kasvinsuojelu, kastelu jne.
Käytännöllinen kurssi, jossa kasataan kasvulavalaatikko, lisätään puutarhamulta ja kylvetään eri kasvien siemenet. Jos kurssille ilmoittautuvalla on sopiva paikka tarjota, voimme kokoontua siellä. Ota mukaan muistiinpanovälineet ja pukeudu sään mukaan.

7198308 SATOA METSÄPUUTARHASTA

Soinin yhtenäiskoulu, Koulutie 1, Soini
Titta Väänänen

La 10.00–15.00, 8.11.2025

Tunteja 6, 20 €, enintään 20 osallistujaa

Olisiko sinulla kiinnostusta hyödyntää pienempää tai suurempaa maa-aluetta. Kurssilla saat tietoa satoa antavista monivuotisista kasveista ja metsäpuutarhan perustamisesta.

7198309 MONIMUOTOINEN PUUTARHANHOITO

Soinin yhtenäiskoulu, Koulutie 1, Soini
Titta Väänänen

La 10.00–15.00, 11.4.2026

Tunteja 6, 20 €, enintään 20 osallistujaa

Tietoa monimuotoisesta puutarhanhoidosta: maaperästä huolehtiminen, ravinnekierto, pölyttäjät, kasvinsuojelu jne. Kasvivalinnat monimuotoiseen puutarhaan.

7198408 SATOA METSÄPUUTARHASTA

Vimpelin yhteiskoulu, Opintie 29, Vimpeli
Titta Väänänen

La 10.00–15.00, 7.3.2026

Tunteja 6, 20 €, enintään 20 osallistujaa

Olisiko sinulla kiinnostusta hyödyntää pienempää tai suurempaa maa-aluetta. Kurssilla saat tietoa satoa antavista monivuotisista kasveista ja metsäpuutarhan perustamisesta.

7198409 MONIMUOTOINEN PUUTARHANHOITO

Vimpelin yhteiskoulu, Opintie 29, Vimpeli
Titta Väänänen

La 10.00–15.00, 14.3.2026

Tunteja 6, 20 €, enintään 20 osallistujaa

Tietoa monimuotoisesta puutarhanhoidosta: maaperästä huolehtiminen, ravinnekierto, pölyttäjät, kasvinsuojelu jne. Kasvivalinnat monimuotoiseen puutarhaan.

KOTITALOUS

8102102 KIINALAINEN KEITTIÖ SEKÄ SUSHIT

Alajärven koulukeskus, kotitalousluokka D1,
Kaupintie 7 Alajärvi

Liu Eteläaho

Ke 17.30–19.00, 4.3.–1.4.2026

Tunteja 10, 26 €, enintään 12 osallistujaa

8102201 KIINALAINEN KEITTIÖ SEKÄ SUSHIT

Taimelan koulu, kotitalousluokka, Koulutie 5,
Lehtimäki

Liu Eteläaho

Ke 17.30–19.00, 22.10.–19.11.2025

Tunteja 10, 26 €, enintään 12 osallistujaa

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

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

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



Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

8102301 MAROKKOLAISEN RUOAN KURSSI

Soinin yhtenäiskoulu, kotitalousluokka, Koulutie 1
Meriem Belgrine

La 9.00–13.00, 13.9.2025

Tunteja 5,33, 17,00 €, enintään 12 osallistujaa

Kurssilla opit valmistamaan marokkolaisia ruokia eri mausteiden, yrttien ja tuoreiden raaka-aineiden avulla. Varaa mukaasi rahaa 10-20 €, sillä materiaaleista peritään erillinen maksu. Mukaan esiliina ja muistiinpanovälineet.



8102305 FERMENTOINTI

Soinin yhtenäiskoulu, kotitalousluokka, Koulutie 1
Miia Saukko

Ma 17.30–19.45, Ma 17.30–19.00

16.–30.3.2026

Tunteja 8, 20 €, 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



8102114 HYGIENIAPASSI

Alajärven koulukeskus, Alajärvi-sali, Kaupintie 7
Aana Vainio

Ma 16.00–20.00, 23.3.2026

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>

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

To 16.00–20.00, 19.3.2026

60 €, enintään 59 osallistujaa

Kurssilla opitaan perusasiat elintarvikkeiden

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

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, 16.3.2026

60 €, enintään 29 osallistujaa

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

TERVEYS JA HYVINVOINTI

3203101 HYVINVOIVA MIELI

Verkossa

Tarja Kallio

Ma 17.30–20.00, 2.–16.3.2026

Tunteja 14, 100 €, enintään 20 osallistujaa

Ennakkotehtävät auki ma 2.3.2026 Mieli ry:n

Moodlessa. Teams ma 9.3.2026 klo 17.30-20.00.

Välitehtävät Moodlessa. Teams ma 16.3.2026 klo

17.30-20.00. Ilmoittautuminen ma 16.2. mennessä.

Jokainen osallistuja saa ilmoittautumisajan päätyttyä postitse Hyvinvoiva mieli- työkirjan. Koulutuksen jälkeen osallistuja osaa tunnistaa kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä, laatia suunnitelman terveyskäyttämisen muutokselle ja ylläpidolle ja toteuttaa mielen hyvinvointia edistäviä tapoja arjessa.

Koulutuksesta saa MIELI ry:n myöntämän

todistuksen. Tarkemmat osallistumisohjeet lähetetään sähköpostitse. Opettajana Tarja Kallio, sosionomi (AMK), Hyvinvoiva mieli -ohjaaja. Etäyhteyteen ja verkkotyöskentelyyn tietokone tai tabletti / puhelin, jolla verkkoyhteys.

6101102 PAINONHALLINTA

Hybridi

Amanda Ahonen

Ke 17.00–18.30, 8.10.–5.11.2025

Tunteja 10, 54 €, enintään 5 osallistujaa

Se hieman erilainen painonhallintaryhmä -

Tule mukaan laillistetun ravitsemusterapeutin

ohjaamaan painonhallintaryhmään, jossa lempeys

ja tutkittu tieto kohtaavat. Tämä ryhmä on sinulle,

jos peilikuvasi on useammin kriitikko kuin

myötätuntoinen ystävä, sinun on pakko käydä

vaa'alla päivittäin tai sitten et uskalla käydä siellä

ollenkaan ja jos koet, että ruokailutottumuksiasi

on jotain, mitä haluaisit parantaa. Ryhmässä

keskitytään keho- ja ruokasuhteeseen sekä

tasapainoiseen hyvinvointiin kiireettömästi ja

keskustellen. Mukaan mahtuu viisi osallistujaa,

ryhmä on luottamuksellinen ja turvallinen paikka

jakaa ajatuksia. Ensimmäinen kerta lähitapaaminen

ja loput neljä kertaa etänä.

Kokoontumiset keskiviikkoisin klo 17-18.30

ajankohtina 8.10., 15.10., 22.10, 29.10. ja

5.11.2025

6101103 LIIKUNTA JA RAVITSEMUS, yleisöluento

Alajärven koulukeskus, Alajärvi-sali, Kaupintie 7,

Alajärvi

Amanda Ahonen

Ke 18.00–19.00, 1.10.2025

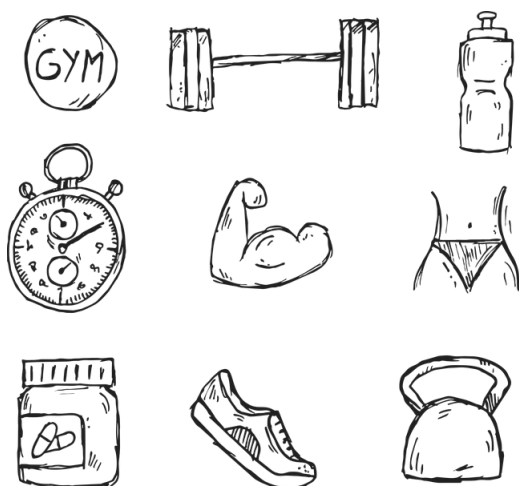
Harrastatko liikuntaa, mutta välillä puhti loppuu?

Ravitsemusterapeutti kertoo vinkit, jotta jalka ja

rauta nousevat kevyemmin.

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.



6101104 VATSAHAASTEET JA RAVITSEMUS, yleisöluento

Alajärven koulukeskus, Alajärvi-sali, Kaupintie 7

Amanda Ahonen

Ke 18.00–19.00, 12.11.2025

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

8302120 ÄÄNIMALJAKYLPPY

Myllykankaan koulu, Lapuantie 842, Sissala

Kai Rantala

Ma 19.00–20.00, 22.9.–17.11.2025

Tunteja 6,65, 22 €, enintään 15 osallistujaa

Äänimaljakylpy rauhoittaa ja rentouttaa kehon ja mielen. Se helpottaa mm. stressi- ja kiputiloja. Keskittymiskyky, oppiminen ja luovuus lisääntyvät. Mukaan jumppamatto, viltti ja tyyny.

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

8302420 ÄÄNIMALJARENTOUTUS

Vimpelin yhteiskoulu, peilisali, Opintie 29, Vimpeli

Kai Rantala

Ke 19.30–20.30, 8.10.–19.11.2025

Tunteja 5,33, 20 €, enintään 15 osallistujaa

Äänimaljakylpy rauhoittaa ja rentouttaa kehon ja mielen. Se helpottaa mm. stressi- ja kiputiloja. Keskittymiskyky, oppiminen ja luovuus lisääntyvät. Mukaan jumppamatto, viltti ja tyyny.

Huom! Kurssi ei sovellu raskaana oleville tai jos sinulla on tahdistin tai syöpähoidot menossa. Jos olet epävarma hoidon soveltavuudesta itsellesi, varmistathan asian hoitavalta lääkäriltäsi.

LIIKUNTA

8301101 MIESTEN KUNTOLIIKUNTA

Alajärven monitoimihalli, Urheilutie 2, Alajärvi

Tapani Tallbacka, Jari Yli-Sikkilä

Ma 18.30–20.00

8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026

56 €, enintään 25 osallistujaa

Kuntoliikuntaa eri tavoin. Lohko 3.

8301103 TERVEYSLIIKUNTA

Alajärven monitoimihalli, Urheilutie 2, Alajärvi

Riitta Ojala

Ma 18.00–19.00

8.9.–30.11.2025, 12.1.–20.4.2026

45 €, enintään 50 osallistujaa

Liikuntaa kaiken ikäisille musiikkia apuna käyttäen ja välillä eri välineitä. Lohko 1 ja 2.

8301105 NAISTEN KUNTOLIIKUNTA, Alakylä

Alakylän koulu, liikuntasali, Höykkyläntie 54,

Kurejoki

Ohjaaja avoinna

Ti 17.30–18.30

9.9.–25.11.2025, 13.1.–14.4.2026

45 €, 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,

Alajärvi

Satu Hauta-aho

To 18.30–19.30

11.9.–11.12.2025, 15.1.–23.4.2026

45 €, enintään 14 osallistujaa

Selän hyvinvointiin keskittyviä kurssi. Tunnilla

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

keskitytään selän tukilihasten vahvistamiseen ja selän liikkuvuuden parantamiseen. Varaa mukaan joustavat vaatteet ja oma alusta sekä juomapullo. Kurssi ei kokoonnu yo-kirjoitusten aikana.

8301111 MIESTEN KUNTOLENTOPALLO, Hoisko

Hoiskon koulu, liikuntasali, Koulupolku 8

Markku Herrala

To 18.30–19.45

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

50 €, enintään 40 osallistujaa

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



8301125 KUNTOLENTOPALLO, Paalijärvi

Paalijärven koulu, liikuntasali, Jussilantie 4

Hannele Sillanpää

Ke 18.00–19.15

10.9.–26.11.2025, 7.1.–15.4.2026

50 €, enintään 30 osallistujaa

Lentopalloilua mukavalla porukalla. Voit tulla mukaan, vaikka et olisi aikaisemmin pelannut. Tarkoitettu sekä miehille että naisille.

8301113 NAISTEN KUNTOLIIKUNTA, Hoisko

Hoiskon koulu, liikuntasali, Koulupolku 8

Marjo Salmenautio

Ke 19.00–20.00

10.9.–26.11.2025, 7.1.–15.4.2026

45 €, 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.

8301119 SENIORIMIESTEN VENYTTELYPIIRI

Luoma-ahon kylätalo, Luomantie 100, Luoma-aho

Seppo Ojajärvi

To 17.00–18.00

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

45 €, enintään 20 osallistujaa

Monipuolisia venyttely- ja jumppaliikkeitä sekä tasapainoharjoitteita. Pukeudu mukaviin liikuntavaatteisiin ja ota mukaan sisäliikuntajalkineet ja jumppa-alusta. Kurssilaisten toivomukset ja ideat tuntien sisällöistä huomioidaan. Tälle kurssille on mahdollista saada opintoaseteliavustus.

8301128 NAISTEN KUNTOLIIKUNTA, Saukonkylä

Saukonkylän maamiesseurantalo, Saukonkyläntie

130, Saukonkylä

Ohjaaja avoinna

Ti 19.00–20.00

9.9.–25.11.2025, 13.1.–14.4.2026

45 €, 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 17.00–18.00

12.9.–28.11.2025, 16.1.–24.4.2026

45 €, enintään 25 osallistujaa

Monipuolista toimintakykyä ylläpitävää ja kehittävää liikuntaa välineillä ja ilman. Tälle kurssille on mahdollista saada opintoaseteliavustus.

8301132 LIHASKUNTO JA VENYTTELY

Paalijärven koulu, liikuntasali, Jussilantie 4,

Paalijärvi

Erkki Sillanpää

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Ti 18.00–19.00

9.9.–25.11.2025, 13.1.–14.4.2026

Tunteja 32, 45 €, enintään 25 osallistujaa

Venyttäen vetreäksi. Nivelistävällistä liikuntaa, joka sopii erityisesti varttuneille miehille.

Huom! Kerro ohjaajalle mahdollisista sairauksista.

Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.

8301140 KAHVAKUULAHARJOITTELU

Alajärven koulukeskus, liikuntasali, Kaupintie 7, Alajärvi

Satu Hauta-aho

To 17.30–18.30

11.9.–11.12.2025, 15.1.–23.4.2026

45 €, enintään 20 osallistujaa

Koko kehon tehokas ja monipuolinen kahvakuulaharjoitustunti soveltuu monen tasoisille kuntoilijoille - kuulan voi valita kuntonsa mukaan. Harjoittelu on hikistä, haastavaa ja hauskaa. Oma tai omat kuulat mukaan.

8301141 SENIOREIDEN TASAPAINORYHMÄ

Makasiini, liikuntatila, Sairaالات 3, Alajärvi

Oili Kaunisto

To 15.45–16.30

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

37 €, enintään 12 osallistujaa

Kurssilla keskitymme parantamaan ja ylläpitämään osallistujien tasapainoa, liikkuvuutta ja voimaa. Tule mukaan liikkumaan, pitämään hauskaa ja huolehtimaan hyvinvoinnistasi! Tälle kurssille on mahdollista saada opintoseteliavustus.

8301143 TUOLIJUMPPA

Makasiini, liikuntatila, Sairaالات 3, Alajärvi

Peltokangas Sirpa

Ke 12.30–13.15

10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

37 €, 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.

Tuolijumppakursseille on mahdollista saada opintoseteliavustus.

8301243 TUOLIJUMPPA

Lehtimäen palvelutoimisto, Keskustie 2, Lehtimäki

Peltokangas Sirpa

Ti 14.00–14.45

9.9.–25.11.2025, 13.1.–14.4.2026

32 €, enintään 15 osallistujaa

8301343 TUOLIJUMPPA

Soinin yhteistalo, sali, Multiantie 29, Soini

Peltokangas Sirpa

Ti 12.30–13.15

9.9.–25.11.2025, 13.1.–14.4.2026

37 €, enintään 15 osallistujaa

8301443 TUOLIJUMPPA

Vimpelin kunnanvirasto, valtuustosali,

Patruunantie 15, Vimpeli

Peltokangas Sirpa

To 14.00–14.45

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

37 €, enintään 15 osallistujaa



8301145 NAISTEN KUNTOSALIKURSSI

Alajärven uimahalli, Kuntosali SYKE, Urheilutie 2

Alajärvi

Ohjaaja avoin

Ke 19.00–20.00

10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

45 €, enintään 12 osallistujaa

Lihaskunnan kehittämistä ja kehon kiinteyttämistä. Saliharjoittelun ohella perehdytään myös

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

lihashuoltoon. Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin kuntosalimaksu.

8301147 TUNNIN JOOGA

Makasiini, liikuntatila, Sairaالات 3, Alajärvi
Mäki-Säntti Merja

Ke 17.00–18.00

10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

45 €, enintään 14 osallistujaa, hybridikurssi

Tutustutaan joogan perusasanoihin sekä hengityksen ja liikkeen yhdistämiseen. Kurssi ei edellytä aikaisempaa tietoa joogasta.

Ohjaus perustuu Suomen joogaliiton opetukseen. Päälle joustava, lämmin asu ja mukaan oma alusta ja huopa. Kurssi toteutetaan lähi- ja etäjoogan yhdistelmänä. Syksyllä ja keväällä on kolme lähijoogatuntia Makasiinissa. Muut tunnrit toteutetaan etätunteina. Lähitunneilla on mahdollisuus olla mukana myös etäyhteydellä.

Tule rohkeasti mukaan, ennen kurssin alkamista järjestetään mahdollisuus harjoitella Teamsin käyttöä etäyhteydellä.

8301148 JOOGAN JATKORYHMÄ

Makasiini, liikuntatila, Sairaالات 3, Alajärvi
Mäki-Säntti Merja

Ke 18.15–19.45

10.9.–29.11.2025, 14.1.–15.4.2026

56 €, enintään 14 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 Makasiinissa. Muut kokoontumiset toteutetaan etätunteina. Lähitunnilla on mahdollisuus olla mukana myös etäyhteydellä.

8301150 SENIORISIRKUS

Alajärven monitoimihalli, Urheilutie 2, Alajärvi
Anneli Paavola

Ti 14.45–15.30

9.9.–25.11.2025, 13.1.–14.4.2026

37 €, enintään 14 osallistujaa

Senioreiden oma sirkustunti (ei alaikää!). Tule sellaisena, kuin olet. Aloittaessa ei tarvitse osata mitään, utelias ja leikkisä mieli on plussaa. Tuntien aikana harjoitellaan tasapainoa, koordinaatiota ja kehonhallintaa eri sirkuslajien kautta, leikkimielisyyttä ja yhteistoimintaa unohtamatta. Liikkeet ja harjoitteet sovelletaan osallistujien taitotason ja toiveiden mukaan. Sirkustellaan!

8301460 TUOLIJOOGA

Vimpelin yhteiskoulu, peilisali, Opintie 29, Vimpeli
Vessonen PirjoAnneli

To 16.00–16.45

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

42 €, enintään 12 osallistujaa

Ylioppilaskirjoitusten aikana kokoontuu luokkatilassa.

Opi uusi tapa hengittää, opi kuuntelemaan ja kunnioittamaan oman kehosi viisautta, opi olemaan läsnä tässä hetkessä ikiaikaisen itsehoitomenetelmän avulla. Aloita TUOLIJOOGA!

Tuolijooga on lempeää, mutta tehokasta hengityksen mukaan kulkevaa liikuntaa, jossa ei tarvitse mennä lattialle. Liikkeet toteutetaan tuolilla istuen ja tuoliin tukeutuen, omia tunteita ja rajoja kuunnellen.

Tuolijooga perustuu hathajoogaliikkeisiin ja hengitykseen. Harjoitus edistää kehon liikkuvuutta, venyttää ja vahvistaa lihaksia, ylläpitää tasapainoa, purkaa jännitystiloja sekä rauhoittaa mieltä edistäen näin terveyttä ja hyvää oloa.

Tuolijoogassa kehon liike, hengitys ja mielen keskittyminen yhdistyvät kokonaisvaltaisella tavalla ja yhdessä tasapainottavat kehon toimintoja. Pienikin muutos hengityksessä voi saada aikaan suuria muutoksia kehon ja mielen tavassa toimia.

Tuolijooga antaa kaikille ihmisille mahdollisuuden oman kehon ja mielen huoltamiseen ja soveltuu siten kaikille ikään tai kuntotasoon katsomatta. Aiempaa tuolijoogakokemusta ei tarvitse, vain avoin mieli ja rento, lämmin asu ylläsi.

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

8301461 TUOLIJOOGA

Vimpelin yhteiskoulu, peilisali, Opintie 29 Vimpeli
Vessonen PirjoAnneli

To 17.15–18.00

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

42 €, enintään 12 osallistujaa

Ylioppilaskirjoitusten aikana kokoontuu
luokkatilassa.



8301201 KUNTOLIIKUNTA, lihashuolto ja sähly

Lehtimäen Nuorisoseura, Rannankyläntie 3,
Lehtimäki

Tomi Paavola, Mika Ala-Mattinen

To 19.00–20.15

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

50 €, enintään 40 osallistujaa

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

8301202 KUNNOSSA KAIKEN IKÄÄ

Lehtimäen Nuorisoseura, Rannankyläntie 3,
Lehtimäki

Tomi Paavola, Mika Ala-Mattinen

To 18.00–19.00

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

Tunteja 32, 45 €, enintään 40 osallistujaa

Varttuneiden sekä vähemmän liikuntaa
harrastaneiden miesten venyttävää ja
kuntouttavaa liikuntaa. Tälle kurssille on
mahdollista saada opintoteteliavustus.

8301214 KUNTOJUMPPA

Lehtimäen Nuorisoseura, Rannankyläntie 3
Jaana Ylinen

Ti 18.00–19.00, 9.9.–25.11.2025, 13.1.–14.4.2026
45,00 € enintään 30 osallistujaa

Tehokasta peruskuntojumppaa naisille ja miehille.

8301210 NAISTEN KUNTOLIIKUNTA, Kirkonkylä

Kirkonkylän ent. painikämpä, Ala-Mattisentie 2,
Lehtimäki

Satu Hauta-aho

Pe 17.00–18.00

12.9.–28.11.2025, 16.1.–24.4.2026

45 €, enintään 20 osallistujaa

Lihaskuntaa, tasapainoa ja sykkeen nostoa
perusjumppaliikkeiden avulla. Tälle kurssille on
mahdollista saada opintoteteliavustus.

8301220 NAISTEN KUNTOSALIJUMPPA

Lehtimäen kuntosali, Keskustie 2, Lehtimäki
Heidi Huvila

Ma 17.00–18.00

8.9.–24.11.2025, 12.1.–20.4.2026

Tunteja 32, 45 € enintään 16 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.

8301225 LAVIS, Lehtimäki

Lehtimäen Nuorisoseura, Rannankyläntie 3,
Lehtimäki

Minna Raitanen

Ke 18.00–19.00

10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

Tunteja 32, 45 €, 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.

8301301 NAISTEN KUNTOLIIKUNTA 50+

Soinin yhteistalo, sali, Multiantie 29, Soini
Minna Raitanen

To 17.30–18.30

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

Tunteja 32, 45 €, enintään 20 osallistujaa

Voimaa, tasapainoa, liikkuvuutta ja venyttelyä
nivelistävällisten perusjumppaliikkeiden avulla.

Ota mukaan sisäliikuntakengät, jumppa-alusta ja
juomapullo.

Tälle kurssille on mahdollista saada
opintoseteliavustus.

8301310 NAISTEN JA MIESTEN KUNTOLIIKUNTA

Hautakylän ent. koulu, liikuntasali, Kylätie 127,
Hautakylä

Tiina Väliaho

Ti 19.00–20.00

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026

Tunteja 31, 44 €, enintään 25 osallistujaa

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

8301312 SENIORIEN / ALOITTELIJOIDEN KUNTOLIIKUNTA

Hautakylän ent. koulu, liikuntasali, Kylätie 127,
Hautakylä

Tiina Väliaho

Ma 18.00–19.00

8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026

Tunteja 31, 44 €, enintään 25 osallistujaa

Tasapainoa ja lihaskuntaa ylläpitävää liikuntaa.
Sisältää venyttelyä ja rentoutusta. Apuvälineet:
kepit, kuminauhat, jättijumppapallot ja pehmeät
pallot. Tälle kurssille on mahdollista saada
opintoseteliavustus.

8301325 LAVIS, Soini

Soinin yhteistalo, sali, Multiantie 29, Soini
Minna Raitanen

To 18.30–19.30

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

Tunteja 32, 45 €, 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.

8301345 KEHONHUOLTOJUMPPA SENIOREILLE

Soinin yhteistalo, sali, Multiantie 29, Soini

Maija Rannila

Ke 14.30–15.15

10.9.–26.11.2025

Tunteja 11, 24 €, enintään 20 osallistujaa

Lihaskuntaa, nivelten liikkuvuutta, tasapainoa ja
mielen pirteyttä parantavia harjoitteita- Harjoitteet
tehdään seisten ja istuen, tuolijumppana.

Ota tunneille mukaan voimistelualusta, juomapullo
ja joustavat vaatteet. Tälle kurssille on mahdollista
saada opintoseteliavustus.

8301346 KEHONHUOLTO

Soinin yhtenäiskoulu, liikuntasali, Koulutie 1, Soini

Elisabet Raitamäki

Ke 18.00–19.30

10.9.–26.11.2025

Tunteja 22, 35 € enintään 20 osallistujaa

Kehonhuoltoa Pilateksen ja Method Putkiston
menetelmin. Venytämme kireitä lihaksia niiden
oikeaan pituuteen ja saamme kehon parempaan
asentoon ja hyvään ryhtiin. Sisältää myös kehon
syviä lihaksia vahvistavaa jumppaa.

Ota tunneille mukaan voimistelualusta, juomapullo
ja joustavat vaatteet.

8301350 PHYSIOPILATES

Soinin yhteistalo, sali, Multiantie 29, Soini

Maija Rannila

Ke 12.00–13.00

10.9.–26.11.2025

Tunteja 15, 32 €, 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, Vimpeli

Oili Kaunisto

Ma 18.00–19.00

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

6.10.–8.12.2025, 12.1.–4.5.2026

43 €, enintään 35 osallistujaa

Perinteistä naisten jumppaa. Sykkeen nostoa, lihaskuntoa ja venyttelyä. Liikettä koko keholle. Kurssi alkaa vasta syksyn yo-kirjoitusten jälkeen, eikä kokoonnu kevään yo-kirjoitusten aikana. Jos yo-kirjoitukset eivät ole peilisalissa, kurssin alkamisesta tiedotetaan erikseen ilmoittautuneille.

Tälle kurssille on mahdollista saada opintoseteliavustus.

8301402 MIESTEN KUNTOSALIJUMPPA

Vimpelin liikuntahalli, kuntosali, Opintie 29, Vimpeli

Ohjaaja avoinna

Ma 17.45–19.00

8.9.–24.11.2025, 12.1.–20.4.2026

50 €, 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

Vimpelin liikuntahalli, kuntosali, Opintie 29, Vimpeli

Ohjaaja avoinna

Ke 18.15–19.30

17.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

Tunteja 40, 50 € 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.

8301404 UKKO VENYY - kuntopiiri

Vimpelin yhteiskoulu, peilisali, Opintie 29, Vimpeli

Ohjaaja avoinna

Ke 17.00–18.00

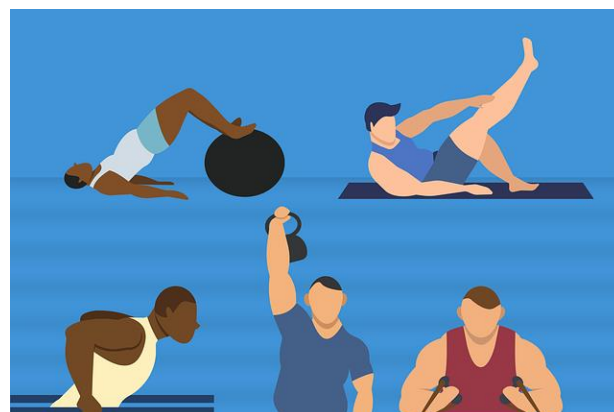
10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

Tunteja 32, 45 €, enintään 30 osallistujaa

Miesten kuntopiiri kehonpainolla ja eri välineillä.

Alkulämmön jälkeen treeni ja loppuun venyttely.

Tälle kurssille on mahdollista saada opintoseteliavustus.



8301410 ZUMBA®

Vimpelin yhteiskoulu, peilisali, Opintie 29, Vimpeli
Elina Luoma-aho

To 18.00–19.00

9.10.–11.12.2025, 15.1.–30.4.2026

42 €, enintään 35 osallistujaa

Zumba® on tehokas, hauska ja mukaansatempaava tanssitunti. Liikunnan iloa latinalaisen ja kansainvälisen musiikin tahtiin. Zumba® sopii kaikenikäisille ja -kuntoisille, joten iloisesta Zumba® -tunnelmasta voivat nauttia kaikki. Zumba® tunnilla arjen huolet unohtuvat taatusti! Keho ja mieli kiittävät.

Kurssi alkaa vasta 1.10., eikä kokoonnu kevään yo-kirjoitusten aikana. Jos yo-kirjoitukset eivät ole peilisalissa, kurssin alkamisesta tiedotetaan erikseen ilmoittautuneille.

Vesijumpat ja uintiopetus

8301129 VESIJUMPPA A

Alajärven uimahalli, terapia-allas, Urheilutie 2, Alajärvi

Sirpa Peltokangas

Ma 11.30–12.15

8.9.–24.11.2025, 12.1.–20.4.2026

37 €, enintään 16 osallistujaa

Liikkuvuutta parantavaa ja lihasten voimaa kehittävää, tehokasta kestävyysliikuntaa veden ominaisuuksia hyödyntäen. Veden noste mm.

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

vähentää niveliin kohdistuvaa painetta, joten vesiliikunta soveltuu useimmiten myös henkilöille, joille muu liikkuminen on vaikeaa. Ota vesipullo mukaan altaalle. Huom! Kerro ohjaajalle mahdollisista sairauksista. Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.

8301135 VESIJUMPPA B

Alajärven uimahalli, terapia-allas, Urheilutie 2, Alajärvi

Anneli Paavola

Ti 11.15–12.00

9.9.–25.11.2025, 12.1.–14.4.2026

37 €, enintään 17 osallistujaa

Tehokas toimintakykyä ylläpitävä allasjumppa kaiken ikäisille, kokoisille ja kuntoisille. Liikkeet vedessä ovat pehmeitä ja tehokkaita. Liikkeitä tehostamaan käytetään eri välineitä ja altaan suomia mahdollisuuksia. Jumpan aikana annetaan paljon eri liikevaihtoehtoja, joten jumpan tehoon voi itse helposti vaikuttaa. Mahdolliset rajoitteet ja liikkumiseen vaikuttavat sairaudet on hyvä kertoa alussa ohjaajalle.

Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.

8301136 VESIJUMPPA C

Alajärven uimahalli, terapia-allas, Urheilutie 2

Anneli Paavola

Ti 12.15–13.00

9.9.–25.11.2025, 12.1.–14.4.2026

37 €, enintään 17 osallistujaa

Tehokas toimintakykyä ylläpitävä allasjumppa kaiken ikäisille. Liikkeitä tehostamaan käytetään eri välineitä ja altaan suomia mahdollisuuksia. Liikkeet vedessä ovat pehmeitä ja tehokkaita. Liikkeitä tehostamaan käytetään eri välineitä ja altaan suomia mahdollisuuksia. Jumpan tehoon voi itse helposti vaikuttaa ja ohjaajalta saat eri liikevaihtoehtoja. Mahdolliset rajoitteet ja liikkumiseen vaikuttavat sairaudet on hyvä kertoa alussa ohjaajalle.

Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin uintimaksu. Ota altaalle mukaan vesipullo.

8301134 VESIJUMPPA D

Alajärven uimahalli, terapia-allas, Urheilutie 2

Sirpa Peltokangas

Ke 17.30–18.15

10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

37 €, 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! Kerro ohjaajalle mahdollisista sairauksista.

Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.

8301137 VESIJUMPPA E

Alajärven uimahalli, terapia-allas, Urheilutie 2

Oili Kaunisto

To 17.00–17.45

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

37 €, enintään 17 osallistujaa

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

Huom! Kerro ohjaajalle mahdollisista sairauksista.

Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.

8301138 VESIJUMPPA F

Alajärven uimahalli, terapia-allas, Urheilutie 2

Oili Kaunisto

To 18.00–18.45

11.9.–27.11.2025, 15.1.–16.4.2026

37 €, enintään 17 osallistujaa

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

Huom! Kerro ohjaajalle mahdollisista sairauksista.

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.

8301133 SYVÄNVEDEN JUMPPA A

Alajärven uimahalli, hyppyalas, Urheilutie 2

Anneli Paavola

To 10.30–11.15

11.9.–27.11.2025, 12.1.–16.4.2026

37 €, enintään 15 osallistujaa

Syvänveden jumppa on vesivyön kanssa tehtävää tehokasta vesiliikuntaa, altaan syvässä kohdassa.

Tunnilla jumpataan vaihtelevasti hyödyntäen vesijuoksuvyön mahdollisuuksia ja erilaisia välineitä, sekä harjoitellaan vesijuoksutekniikoita.

Sydänveden jumppa kehittää koko vartalon hallintaa sekä hapenottokykyä. Jumpassa jalat eivät yllä pohjaan, siksi vaaditaan uimataittoa.

8301130 SYVÄNVEDEN JUMPPA B

Alajärven uimahalli, hyppyalas, Urheilutie 2

Sirpa Peltokangas

To 17.15–18.00

11.9.–27.11.2025, 12.1.–16.4.2026

37 €, enintään 16 osallistujaa

Syvänveden jumppa on vesivyön kanssa tehtävää tehokasta vesiliikuntaa, altaan syvässä kohdassa.

Tunnilla jumpataan vaihtelevasti hyödyntäen vesijuoksuvyön mahdollisuuksia ja erilaisia välineitä sekä harjoitellaan vesijuoksutekniikoita.

Sydänveden jumppa kehittää koko vartalon hallintaa sekä hapenottokykyä. Jumpassa jalat eivät yllä pohjaan, siksi vaaditaan uimataittoa.

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

8301151 NUORTEN UIMAOPETUS

Alajärven uimahalli, kuntorata 4, Urheilutie 2

Virpi Mäntyniemi

Ti 19.00–19.45

9.9.–25.11.2025, 13.1.–14.4.2026

45 €, enintään 10 osallistujaa

Yläkouluikäisille suunnattu kurssi, jossa opetellaan uimaan oikealla tekniikalla krooli-, selkä- ja

rintauinti. Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.



8301152 AIKUISTEN UINTIKURSSI

Alajärven uimahalli, kuntorata 4, Urheilutie 2

Virpi Mäntyniemi

Ke 19.00–19.45

10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

45 €, enintään 8 osallistujaa

Uimataitoisille uimatekniikan hiomista erilaisilla harjoituksilla apuvälineitä hyödyntäen.

Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.

8301153 AIKUISTEN UINTIKURSSI, jatkavat

Alajärven uimahalli, kuntorata 4, Urheilutie 2

Virpi Mäntyniemi

Ke 18.00–18.45

10.9.–26.11.2025, 14.1.–15.4.2026

45 €, enintään 8 osallistujaa

Uimataitoisille uimatekniikan hiomista erilaisilla harjoituksilla apuvälineitä hyödyntäen.

Kurssimaksun lisäksi Alajärven uimahallin allasmaksu.

8301154 AIKUISTEN UINTI, alkeet

Alajärven uimahalli, kuntorata 1, Urheilutie 2

Virpi Mäntyniemi

Ti 18.00–18.45

9.9.–25.11.2025, 13.1.–14.4.2026

45 €, 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.

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.

Kuvamuistoja Järvi-Pohjanmaan kansalaisopiston vuosikymmeniltä 1966 - 2025



Ensimmäisenä opiskelijana Alajärven kansalaisopistoon ilmoittautui kirjakauppias Matti Harju (kuvassa oikealla). Päivämäärää oli 22.9.1966. Tapahtumaa seuraavat rehtori Olavi Leistevuo (vasemmalla) ja opiston johtokunnan puheenjohtaja Jouko Mäkelä. Alkuperäisen valokuvan ottaja ja omistaja on rehtori Toivo Kivipelto.



10-vuotiaan Alajärven kansalaisopiston johtokunta keväällä 1976



Aira Niemi-Pynttari jättämässä opistotyön 1984



Harvoin ehtii Impi, Martta, Otto ja Hoiskon tanhupiiri tähän asetelmaan kuten keväällä 1996



Kansalaisopiston rehtori Aulis Hautamäki (kesk.) kieliopinnoissa v. 2007.



ALAJÄRVEN KAUPUNKI
JÄRVI-POHJANMAAN KANSALAI SOPISTO
Alajärvi – Soini – Vimpeli

Ilmoittautuminen alkaa 27.8. klo 7:00.

Kursseille on ilmoittauduttava viimeistään 4 päivää ennen kurssin alkua.



Rehtori Jaakko Siikala, tekstiilityönohjaaja Minna Kulmala, toimistosihteeri Maria Isotalo ja musiikinopettaja Timo Kataja juhlahetvillä v. 2012.



Vimpelin näyttelyn avajaisissa v. 2013 rehtori Aulis Hautamäki, kuvataiteiden opettaja Sirpa Kataja ja tekstiilityönohjaaja Airi Lempola.



Tekstiilitöiden opettajat Kaarina Linnanmäki ja Airi Lempola Alajärven näyttelyssä v. 2012.



Soinin soittokeuhka v. 2016 opiston 50-vuotisjuhlassa.



Hetki- ja Tiima-kuorot esiintyivät opiston kevätnäyttelyn avajaisissa huhtikuussa 2025.