

TULE MUKAAN YLÄ-KARJALASSA TAPAHTUU!



Ylä-Karjalan kansalaisopisto / Nurmeksens
kaupungin kulttuuripalvelut / Nurmeksens
kaupunginkirjasto / Nurmeksens museo /
Nurmeksens kaupungin soveltavan
liikunnan ryhmät **SYKSY 2026-KEVÄT 2027**

YLÄ-KARJALAN KANSALAI SOPISTO

Opiston toimisto, Kötsintie 2, avoinna ma-to klo 9-15 ja pe klo 9-14,

puh. 04010 45105

Rehtori, puh. 04010 45109

Toimistos sihteeri, puh. 04010 45105

Tunti/suunnittelijaopettaja 050 543 6301 (opetuksen aikana ti klo 10-11)

kansalaisopisto@nurmes.fi

www.nurmes.fi -> kasvatus ja koulutus -> Ylä-Karjalan kansalaisopisto

TIEDOTETTAVAA LV.2026 - 2027

ILMOITTAUTUMISAJAT

Ilmoittautuminen syyskaudella alkaville kursseille alkaa tiistaina 11.8.2026 klo 9.00

Ilmoittautuminen kevätkaudella alkaville kursseille alkaa tiistaina 8.12.2026 klo 9.00

- ◇ internetissä <https://uusi.opistopalvelut.fi/ylakarjala>
- ◇ puhelimitse 04010 45105
- ◇ henkilökohtaisesti opiston toimistolla Kötsintie 2, ma-to klo 9-15 ja pe 9-14.

- * Kursseille on ilmoitettava viimeistään viikkoa ennen kurssin alkua.
- * Kaikille kursseille on ilmoitettava ennakkoon. Kurssi peruuntuu, jos ilmoittautumisaajan päättyessä on alle viisi ilmoittautunutta.
- * Ilmoittautumisaajan päättyttyä kurssille pääsee mukaan mikäli vapaita paikkoja on. Tällöin ilmoittautuminen suoraan opiston toimistoon.
- * Koko lukuvuoden kestäville kursseille ei tarvitse ilmoittautua enää uudelleen kevätkaudella. Kursseille voi ilmoittautua koko lukuvuoden.
- * Kurssipaikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä ja ilmoittautumiset ovat sitovia.

KURSSIPAIKAN PERUMINEN

Kurssipaikan voi perua opiston toimistossa, netissä osoitteessa

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

→ Omat ilmoittautumiseni. (omiin tietoihin kirjaututaan sähköpostiin tilattavan turvalinkin kautta, jonka jälkeen pääset tarkastelemaan omia ilmoittautumisiasi), **opiston toimistossa, puhelimitse, tekstiviestillä** nro: 04010 45105 tai sähköpostilla: kansalaisopisto@nurmes.fi

HUOM! Perumista ei voi tehdä opettajalle, vaan se on tehtävä opiston toimistoon.

Jos et ole tehnyt kurssipaikan perumista ennen kurssin alkua, joudut maksamaan kurssimaksun kokonaan, ja myös siinä tapauksessa, että et tule kurssille tai keskeytät sen. (Myös yhden ja kahden kerran kurssille osallistumisesta joudut maksamaan kurssimaksun kokonaan).

Kausi- ja perhekortin lunastaneen on myös ilmoitettava kurssipaikan perumisesta. Perumisella mahdollistat varasijalla olevan opiskelijan pääsyn kurssille.

MUUTOKSET OPETUSOHJELMASSA

Muutokset ja lisäykset opetusohjelmassa ovat mahdollisia, niistä ilmoitetaan kansalaisopiston palstalla Ylä-Karjala -lehdessä ja kansalaisopiston nettisivuilla kohdassa "kansalaisopiston ajankohtaiset".

Äkilliset muutokset ja peruutukset ilmoitetaan opiskelijoille tekstiviestillä.

TYÖAJAT JA LOMAT

Syyslukukausi ma 7.9.2026 – su 13.12.2026

Kevätlukukausi ma 4.1.2027 – su 30.5.2027

Syysloma ma 12. – pe 16.10.2026 (vk 42)

Talviloma ma 8. – 12.3.2027 (vk 10)

KURSSIN HINTA

- ◊ Kurssikohtaiset hinnat löydet ohjelmasta kunkin kurssin kohdalta sekä nettisivuiltamme.
- ◊ Kurssimaksut, kausi- ja perhekortti laskutetaan kahdessa erässä, maksuvaihtoehtona on vain laskutus.
- ◊ Koko lukuvuoden kestävien kurssien, kausi- ja perhekortin KEVÄTKAUDEN kurssimaksu laskutetaan syyskauden ilmoittautumisen perusteella kevätlukukauden alussa mikäli opiskelija ei ole ilmoittanut kurssin, kausi- tai perhekortin perumisesta kevätkauden osalta viimeistään pe 8.1.2027.
- ◊ Työvälineet, kirjat ym. opintomateriaalin opiskelijat kustantavat itse. Joillakin kursseilla tehdään yhteisiä materiaalihankintoja, joista opettaja perii maksun opiskelijoilta.
- ◊ Opiskelija saa pyynnöstä todistuksen opiskelustaan opiston toimistosta, kun kurssimaksu on maksettu.

LIIKUNTA JA KULTTUURI



Epassilla sekä seniori Epassilla voi maksaa Ylä-Karjalan kansalaisopiston LASKUTETTujen liikuntakurssien (liikunta, tanssi) ja kulttuurikurssien (musiikki, kuvataiteet, kulttuuri- ja kirjallisuus) kurssimaksuja. Epassia ei voi käyttää maksuvälineenä netti-ilmoittautumisen yhteydessä tai henkilökohtaisesti opiston toimistoon ilmoittautumisen yhteydessä. Epassi ei käy kausi- tai perhekorttiin.

MAKSAMINEN Epassilla älypuhelimella

1. Lataa Epassin maksuton mobiilisovellus omasta sovelluskaupastasi (Google Play tai App Store).
2. Kirjautu sovellukseen Epassin käyttäjätunnuksillasi.
3. Hae kirjoittamalla **Ylä-Karjalan kansalaisopisto > liikunta/kulttuuri**
4. Syötä maksettava summa
5. Vahvista maksu liu'uttamalla nuolta oikealle.

JOS SINULLA EI OLE ÄLYPUHELINTA, voit tehdä maksun tekstiviestillä.

Tekstiviestin sisältö: kirjoita koodi **66125** (liikunta) tai **66126** (kulttuuri) välilyönti laskun summa. (Esim. **66125 10.00**)

Lähetä tekstiviesti numeroon **050 902 3456**

OPINTOSETELIAVUSTUS

Opetusministeriö on myöntänyt Ylä-Karjalan kansalaisopistolle valtionavustusta opiskelijoiden tukemiseen lukuvuodelle 2026–2027. **Opintoseiteli on anottava opiskelijan itse, alennusta ei huomioida automaattisesti. Seteleitä on jaossa rajoitettu määrä.**

TUKEA VOIDAAN MYÖNTÄÄ:

ELÄKELÄISILLE – ALLE 63 VUOTTA

oikeus eläkkeeseen on todistettava eläkekortilla opiston toimistolla.

SENIOREILLE - YLI 63 VUOTTA

Huom! koska seteleitä on rajoitettu määrä, myös senioreiden on anottava opintoseiteli opistolta itse, sitä ei huomioida automaattisesti. Henkilötunnuksesi perusteella kuulut senioriryhmään, joten sinun ei tarvitse kuitenkaan enää erikseen todistaa ikääsi.

TYÖTTÖMILLE

todistus työttömyydestä on esitettävä opiston toimistolla

OPINTOSETELIN LUNASTAMINEN:

- ◊ Opintoseletin voi anoa netissä kurssinumerolla 000003 eläkeläinen, 000004 seniori tai 000005 työtön, puh. 04010 45105 tai opiston toimistolla ti **11.8.2026 klo 9.00** alkaen.
- ◊ Opintoseiteli on henkilökohtainen ja sitä ei voi antaa toiselle opiskelijalle. Seteli on voimassa lukuvuoden 2026–2027 ajan ja seteleitä on saatavilla yksi kpl./opiskelija/lukuvuosi.
- ◊ Opintoseletin arvo on 10 euroa. Jos kurssimaksujen kokonaishinta ylittää 10 euroa, opiskelija maksaa ko. hintaerotuksen itse. Kausikortin lunastaminen opintosetelialennuksen yhteydessä, katso lisätiedot kohdasta kausikortti.

KAUSIKORTTI

Kausikortin hinta on 150 euroa ja opintotielalennuksellisen kausikortin hinta 140 euroa. Kun lunastat kausikortin, voit opiskella lukuvuoden aikana niin monessa ryhmässä kuin haluat. Jos joillakin kursseilla kausikortti ei kelpaa, siitä mainitaan erikseen kyseisen kurssin kohdalla.

◇ Kausikortin voit lunastaa netissä ti 11.8.2026 klo 9.00 alkaen kohdasta kurssit -> kausi- ja perhekortti kurssinrolla 000001, puh. 04010 45105 tai opiston toimistosta.

◇ Mikäli haet lisäksi opintotielalennusta kausikorttiin, hae alennusta netissä kurssinrolla 000003, 000004 tai 000005 tai muista mainita opintotielanomuksesta erikseen lunastaessasi kausikorttia.

Kausikortin maksuvaihtoehtona on vain laskutus. Kausikortti laskutetaan kahdessa erässä. Kausikorttia ei voi maksaa ePassilla.

Jos päätät lunastaa kausikortin vasta myöhemmin lukukauden aikana, ja olet saanut laskun yksittäisten kurssien kurssimaksuista, maksa kuitenkin saadut kurssimaksut normaalisti. Lähetämme lisälaskun kurssimaksujen ja kausikortin erotuksesta.

Kausikortin lunastanut, ilmoittaudu vain niille kursseille, joille olet varmasti tulossa.

KEVÄTNÄYTTelyn KUVIA NURMES-TALON GALLERIA TYKOSSA 2026



PERHEKORTTI

Perhekortin hinta on 170 euroa. Kaikki perheenjäsenet voivat opiskella lukuvuoden aikana niin monessa ryhmässä kuin haluaa. Jos joillakin kursseilla perhekortti ei kelpaa, siitä mainitaan erikseen kyseisen kurssin kohdalla.

LUNASTA PERHEKORTIT KAIKILLE PERHEENJÄSENILLE ERIKSEEN.

◇ Perhekortin voit lunastaa **netissä** ti 11.8.2026 klo 9.00 alkaen kohdasta kurssit -> kausi- ja perhekortti, kurssinro 000002, puh. 04010 45105 tai **opiston toimistosta**.

◇ Perhekortin maksuvaihtoehtona on vain laskutus. Laskutamme perhekortin vain yhdeltä perheenjäseneltä. Perhekortti laskutetaan kahdessa erässä. Perhekorttia ei voi maksaa ePassilla eikä siihen voi saada opintoteliavustusta.

Jos päätät lunastaa perhekortit vasta myöhemmin lukukauden aikana, ja olet saanut laskun yksittäisten kurssien kurssimaksuista, maksa kuitenkin saadut kurssimaksut normaalisti. Lähetämme lisälaskun kurssimaksujen ja perhekortin erotuksesta. Perhekortin lunastanut, ilmoittaudu vain niille kursseille, joille olet varmasti tulossa.



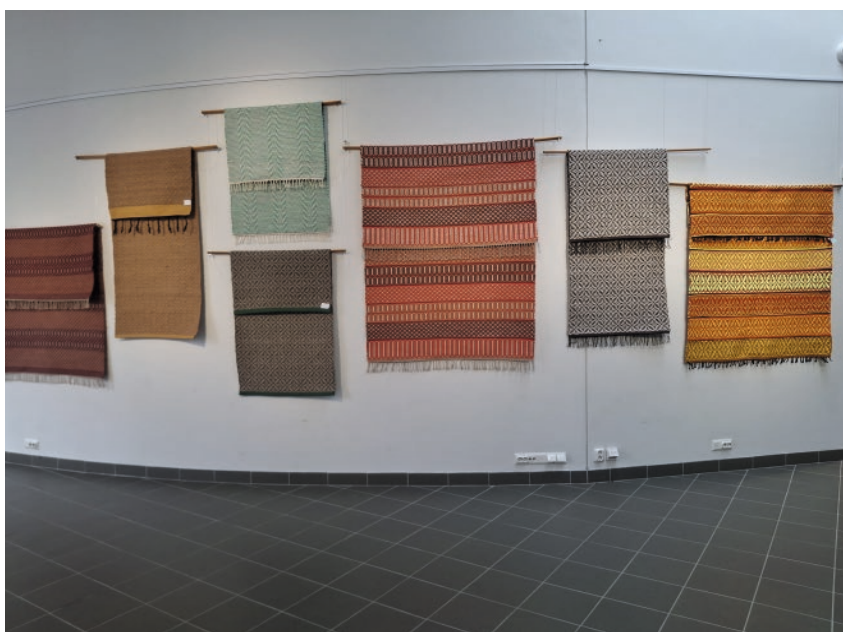


TAPATURMAT

Ylä-Karjalan kansalaisopisto ei korvaa kursseilla tapahtuvia tapaturmia.

KEVÄTNÄYTTELY

Opiston kuvataiteiden kevätnäyttely on Nurmes-talon Galleria Tykossa toukokuulla 2027.



KURSSITARJONTA NURMEKSESSA

musiikki



HARMONIKKARYHMÄ 110101

MIKA TARKKONEN

To 17.15–20.00 Porokylän koulu, mus. lk. , Mähköntie 19
10.9.–3.12.2026, 7.1.–22.4.2027

Tunteja 44 , 55

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Kurssi sopii kaikenikäisille ja kaikentasoisille harmonikan soiton harrastajille. Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KARAOKELAULUKURSSI, A-RYHMÄ 110102

JONNE TUHKALA

Ke 14.30–16.00 Kirkkokadun yläkoulu, musiikkil. B203,
Kirkkokatu 15

2.9.–25.11.2026, 20.1.–14.4.2027

Tunteja 24 , 24

80,00 € (40,00 €, 40,00 €)

Karaokekurssi on matalan kynnyksen paikka laulaa rennossa ja kannustavassa ympäristössä karaoketaustojen kanssa. Kurssille ovat tervetulleita kaikki laulamista innostuneet - aiempaa kokemusta ei tarvita! Tarjolla on ohjausta äänenkäyttöön, laulutekniikkaan ja esiintymiseen liittyen. Kurssin keskeisiä tavoitteita on löytää oma ääni, lisätä varmuutta ja ennen kaikkea nauttia laulamista. Opiskelijoiden toiveet tervetulleita kurssille! Kurssille on ilmoitauduttava ennakkoon. Enint. 10 opiskelijaa

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KARAOKELAULUKURSSI, B-RYHMÄ 110103

JONNE TUHKALA

To 14.30–16.00 Kirkkokadun yläkoulu, musiikkil. B203,
Kirkkokatu 15

3.9.–26.11.2026, 21.1.–15.4.2027

Tunteja 24 , 24

80,00 € (40,00 €, 40,00 €)

Karaokekurssi on matalan kynnyksen paikka laulaa rennossa ja kannustavassa ympäristössä karaoketaustojen kanssa. Kurssille ovat tervetulleita kaikki laulamista innostuneet - aiempaa kokemusta ei tarvita! Tarjolla on ohjausta äänenkäyttöön, laulutekniikkaan ja esiintymiseen liittyen. Kurssin keskeisiä tavoitteita on löytää oma ääni, lisätä varmuutta ja ennen kaikkea nauttia laulamista. Opiskelijoiden toiveet tervetulleita kurssille! Kurssille on ilmoitauduttava ennakkoon. Enint. 10 opiskelijaa

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KITARAKURSSI 110104

SERGEI MUSTONEN

Pe 14.00–18.00 Nurmes-talo, musiikkiopiston lk., Kötsintie 2
11.9.–4.12.2026, 15.1.–7.5.2027

Tunteja 24 , 30

80,00 € (40,00 €, 40,00 €)

Kurssi suuntautuu kaikenikäisille ja -tasoisille soittajille, aikaisempaa kokemusta ei tarvitse olla. Kurssilla opetellaan soitamaan sointuotteita, säestysrytmejä, melodioita ja erilaisia sooloja ja riffejä. Opetus suunnitellaan oppilaan omien taitojen ja tavoitteiden mukaan. Oppilas tarvitsee oman soittimen. Opettaja neuvoa soittimen hankintaan liittyvissä asioissa. Kurssi kokoukset pidetään perjantaisin klo 14-18 välillä. Aloituspäivä voi muuttua. Tarjolla on ohjausta äänenkäyttöön, laulutekniikkaan ja esiintymiseen liittyen. Kurssin keskeisiä tavoitteita on löytää oma ääni, lisätä varmuutta ja ennen kaikkea nauttia laulamista. Opiskelijoiden toiveet tervetulleita kurssille! Kurssille on ilmoitauduttava ennakkoon. Enint. 6 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

MIESKUORO 110105

MARKKU KÖNTTÄ

Ma 17.30–19.00 Kirkkokadun puukoulu, lk. A113,
Kirkkokatu 15

7.9.–30.11.2026, 11.1.–3.5.2027

Tunteja 24 , 30

80,00 € (40,00 €, 40,00 €)

Nurmesen Mieskuoro on perinteitä kunnioittava mutta vahvasti ajassa elävä ja toimiva mieskuoro. Kuoron ohjelmisto on mahdollisimman monipuolinen. Musiikkia ilman rajoja, rajoituksia tai ennakoasenteita. Kurssilla opiskellaan laulutekniikkaa ja laulamista eri musiikkityyleissä ja toteutetaan niitä lähinnä neliäänisellä ohjelmistolla. Laulamisen ohella kurssilla tutustutaan mielenkiintoisella tavalla myös esim. musiikinteoriaan! Kurssin tavoitteena on luoda yhdessä toimien valmiudet tasokkaaseen laulamiseen ja laulujen esittämiseen! Mieskuorossa on perinteisesti hyvä ja avoin ilmapiiri johon uusien laulajienkin on helppo tulla mukaan!

Mies kuoroon, Mieskuoroon! Varajohtaja Mauri Mahlavuori.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

**MUMMOMUSKARI****110106**

TIINA KÖNTTÄ

Ma 14.00–14.45 Kyrölän palvelukeskus, Kallionkatu 4

7.9.–16.11.2026, 11.1.–26.4.2027

Tunteja 10 , 14

20,00 €

Mummomuskarissa lauletaan ja soitetaan yhdessä hyvässä seurassa ja iloisella mielellä, tehdään yhteistoiminnallisia harjoituksia, kerrotaan tarinoita ja kuunnellaan musiikkia. Tavoitteena on aktivoida hoitokodin asukkaita musiikin keinoin kokonaisvaltaisesti virikkeellisellä toiminnalla.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

MUMMOMUSKARI, KOTINIEMI**110107**

TIINA KÖNTTÄ

Pe 10.30–11.15 Attendo Kotiniemi, Kotiniementie 21

11.9.–20.11.2026, 15.1.–30.4.2027

Tunteja 10 , 14

20,00 €

Mummomuskarissa lauletaan ja soitetaan yhdessä hyvässä seurassa ja iloisella mielellä, tehdään yhteistoiminnallisia harjoituksia, kerrotaan tarinoita ja kuunnellaan musiikkia. Tavoitteena on aktivoida hoitokodin asukkaita kokonaisvaltaisesti virikkeellisellä toiminnalla.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

MUSIIKKIPAJA, TOIMINTAKESKUS**110108**

TIINA KÖNTTÄ

Ti 13.30–14.15 Toimintakeskus, Kalliokatu 1

8.9.–17.11.2026, 12.1.–20.4.2027

Tunteja 10 , 14

20,00 €

Musiikkipajassa lauletaan ja soitetaan yhdessä hyvässä seurassa ja iloisella mielellä, tehdään yhteistoiminnallisia harjoituksia, kerrotaan tarinoita ja kuunnellaan musiikkia. Tavoitteena on aktivoida osallistujia musisoimaan yhdessä ja saada heidät kokemaan musiikin tuomaa iloa ja hyvää mieltä.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

MUSIIKKIRYHMÄ**110109**

KARI HÄMYNEN

Ke 12.30–14.00 Loimupelto, Kaarlonkatu 5

9.9.–25.11.2026, 13.1.–7.4.2027

Tunteja 22 , 24

20,00 €

Soittoa, laulua, musiikkia monelta kantilta. Ryhmässä ei tarvitse olla soitto- tai laulutaitoinen, kiinnostus musiikkiin riittää.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

MUSIIKKIRYHMÄ**110110**

KARI HÄMYNEN

Ke 14.15–15.45 Nurmesharjun hoivakoti, Ylikyläntie 2

9.9.–25.11.2026, 13.1.–7.4.2027

Tunteja 22 , 24

20,00 €

Soittoa, laulua, musiikkia monelta kantilta. Ryhmässä ei tarvitse olla soitto- tai laulutaitoinen, kiinnostus musiikkiin riittää.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

NAISBÄNDI MUSA-MIMMIT**110111**

TIINA KÖNTTÄ

Ma 18.15–19.45 Kirkkokadun yläkoulu, musiikkikl. B203,

Kirkkokatu 15

7.9.–30.11.2026, 11.1.–3.5.2027

Tunteja 24 , 30

80,00 € (40,00 €, 40,00 €)

Vahvalla naisenergialla populaarimusiikkia soittava ja laulava naisbändi jatkaa toimintaansa. Soittimina ovat keskeiset bändisoittimet (rummut, kitara, basso, kosketinsoittimet ja laulu). Tavoitteena on, että kurssilaiset oppivat perusteet kaikista bändisoittimista ja syntyvät valitsemansa instrumentin hallintaan. Kurssilaiset oppivat toimimaan myös yhteisössä yhteisen päämäärän saavuttamiseksi. Kurssille on ilmoitauduttava ennakkoon. Enint. 8 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

NAISKUORO PIELIS-SISKOT**110112**

TIINA KÖNTTÄ

Ti 18.00–19.30 Kirkkokadun puukoulu, lk. A113, Kirkkokatu 15

8.9.–1.12.2026, 12.1.–27.4.2027

Tunteja 24 , 30

80,00 € (40,00 €, 40,00 €)

Naiskuoro, johon mukaan tulemiseen riittää halu laulaa ja kokea iloisessa seurassa musiikin tekemisen riemua. Kuoro on tarkoitettu jatkaville kuorolaisille, mutta mukaan mahtuu myös uusia laulajia. Laulamme niin perinteistä kuin uudempaa musiikkia, lähtökohdiana moniääninen kuorolaulu. Tavoitteena on oppia laulamisen perusteita, äänissä laulamista, esiintymistä sekä yhdessä toimimista.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

PIANONSOITTO KAIKENIKÄISILLE**110113****TIINA KÖNTTÄ**

Ti 15.30–17.45 Kirkkokadun yläkoulu, musiikkil. B203,
Kirkkokatu 15

8.9.–1.12.2026, 12.1.–27.4.2027

Tunteja 36 , 45

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Pianonsoitto-kurssilla opiskelija voi suuntautua joko klassiseen musiikkiin tai vapaaseen säestykseen toiveidensa ja mieltymystensä mukaan. Jokaiselle laaditaan yhdessä oma opetussuunnitelma. Tavoitteena on oppia pianonsoittoa omista lähtökohdista alkaen. Aikaisempaa soittokokemusta ei tarvita. Kurssille on ilmoittauduttava ennakoon. Enint. 7 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

POPULÄÄRI- JA VIHDEMUSIIKIN YKSINLAULUKURSSI (VAPAA ÄÄNENMUODOSTUS)**110114****TIINA KÖNTTÄ**

Ma 15.00–18.00 Porokylän koulu, mus. lk. , Mähköntie 19
7.9.–30.11.2026, 11.1.–3.5.2027

Tunteja 48 , 60

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Kurssilla opiskellaan populääri- ja viihdemusiikin laulamista ja esittämistä. Kurssilla perehdytään eri musiikkityyleihin, äänenkäyttöön ja -huoltoon sekä äänentoistotekniikkaan. Kurssiin sisältyy myös pienimuotoisia esiintymisiä. Ryhmään valitaan 10 laulajaa ilmoittautumisjärjestyksessä. Kurssille on ilmoittauduttava ennakoon. Enint. 10 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

POPULÄÄRI- JA VIHDEMUSIIKIN YKSINLAULUKURSSI (VAPAA ÄÄNENMUODOSTUS)**110115****MARKKU KÖNTTÄ**

Ti 16.30–18.00 Porokylän koulu, mus. lk. , Mähköntie 19
8.9.–1.12.2026, 12.1.–27.4.2027

Tunteja 24 , 30

80,00 € (40,00 €, 40,00 €)

Populääri - ja viihdemusiikkiin keskittyvällä yksinlaulukurssilla perehdytään monipuolisesti eri tyyliuuntiin ja niiden tyylinmukaiseen laulamiseen, laulutekniikkaan, tulkintaan ja esittämiseen. Kursilla opiskellaan myös mikrofonin ja äänentoistolaitteiden oikeaa käyttöä sekä työskentelyä säestäjän ja orkesterin kanssa. Kurssin tavoitteena on luoda valmiudet luontevaan ja miellyttävään laulamiseen ja esittämiseen omaksi ja kuulijoiden iloksi! Ryhmään valitaan 5 laulajaa ilmoittautumisjärjestyksessä. Kurssille on ilmoittauduttava ennakoon. Enint. 5 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

POPULÄÄRI- JA VIHDEMUSIIKIN YKSINLAULUKURSSI (VAPAA ÄÄNENMUODOSTUS)**110116****MARKKU KÖNTTÄ**

Ke 16.30–18.00 Porokylän koulu, mus. lk. , Mähköntie 19
9.9.–2.12.2026, 13.1.–28.4.2027

Tunteja 24 , 30

80,00 € (40,00 €, 40,00 €)

Populääri - ja viihdemusiikkiin keskittyvällä yksinlaulukurssilla perehdytään monipuolisesti eri tyyliuuntiin ja niiden tyylinmukaiseen laulamiseen, laulutekniikkaan, tulkintaan ja esittämiseen. Kursilla opiskellaan myös mikrofonin ja äänentoistolaitteiden oikeaa käyttöä sekä työskentelyä säestäjän ja orkesterin kanssa. Kurssin tavoitteena on luoda valmiudet luontevaan ja miellyttävään laulamiseen ja esittämiseen omaksi ja kuulijoiden iloksi! Ryhmään valitaan 5 laulajaa ilmoittautumisjärjestyksessä. Kurssille on ilmoittauduttava ennakoon. Enint. 5 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

TANSSIMUSIIKIN SOITTO**110117****KARI HÄMYNEN**

To 16.30–18.45 Kelan ent. tila, Porokylänkatu 15
10.9.–5.11.2026, 14.1.–25.3.2027

Tunteja 24 , 30

80,00 € (40,00 €, 40,00 €)

Tanssimusiikkia soittava ryhmä, omat soittimet, kokoonpano tarkistetaan ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Lisätietoja kurssista opettajalta, puh. 0400 757 082.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

YHTEISLAULU**110118****TIINA KÖNTTÄ**

Ti 14.30–15.15 Ystävänpysäkki, Nurmeskoti,
Porokylänkatu 5
8.9.–17.11.2026, 12.1.–20.4.2027

Tunteja 10 , 14

20,00 €

Yhteislaulupiirissä lauletaan yhdessä hyvässä seurassa ja iloisella mielellä kulloiseenkin teemaan sopivia lauluja. Kurssi on tarkoitettu kaikille yhdessä laulamista kiinnostuneille. Tavoitteena on aktivoida osallistujia laulamaan yhdessä ja saada heidät kokemaan musiikin tuomaa iloa ja hyvää mieltä. Kerätkää vaikkapa omalta kylältänne kimpakkyytiporukka ja tulkaa laulamaan yhdessä!

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00



P-K:n koulutus kuntayhtymä, Nurmeksenkatu 11. Kansalaisopiston kuvataide- ja kädentaitoryhmien tilat. Käynti sisäpihalle (kuva 1), käynti opiston tiloihin kuvan keskellä olevasta ovesta, ovi on rakennuksen Harjukadun puoleisessa päässä. (kuva 2.)

kuvataiteet



AKVARELLIMAALAUUS

110301

ANITTA LUKKARINEN

Ti 18.00–20.15 P-K:n koulutus kuntayhtymä, Riveria, kuvataide- ja kädentaitoryhmien tilat, Nurmeksenkatu 11 (käynti sisäpihalle, ovi rakennuksen Harjukadun puoleisessa päässä, käynti tilaan keskellä olevasta ovesta)

15.9.–24.11.2026, 12.1.–23.3.2027

Tunteja 30 , 30

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Akvarellimaalausta perinteisin menetelmin. Kurssi sopii sekä vasta-alkajille että pidemmälle ehtineille.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

GRAFIIKAN PIIRI

110303

KATJA KUITTINEN

La 10.00–14.00, Su 10.00–14.00, toimipaikka avoin 26.9.2026 -, 16.1.2027 -

Tunteja 30 , 30

90,00 € (45,00 €, 45,00 €) + materiaalityö 25 €.

Tule tutustumaan painannan yllätykselliseen maailmaan! Kurssilla on mahdollisuus kokeilla erilaisia syväpainografiikan menetelmiä, mm. etsausta ja akvatintaa sekä monotypiaa ja painamista keittiöstä löytyvillä materiaaleilla, esim. mehupurkkikartongilla ja tölkkien alumiinilla. Ikäraja 16 vuotta. Kurssi toteutetaan viikonloppukurssina. Ensimmäinen kokoontuminen syksyllä 26.-27.9.2026 ja keväällä 16.-17.1.2027. La ja su klo 10.00-14.00, muut kurssiviikonloput sovitaan myöhemmin lukukauden alettua. Kurssille on ilmoitettava ennakkoon. Enint. 10 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

ERITYISRYHMIEN KUVATAIDEKERHO

110302

ANITTA LUKKARINEN

Ke 9.15–11.30 Loimupelto, Kaarlonkatu 5

16.9.–25.11.2026, 13.1.–24.3.2027

Tunteja 30 , 30

20,00 €

Kuvan tekemistä eri tekniikoilla, toiveiden mukaan, mm. maalamista ja piirtämistä eri välineillä.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

IKONIMAALAUUS

110304

LEA JEKKINEN

La 9.00–15.00, Su 10.00–15.00 Ortodoksisen srk:n sali, Salmenkatu 5

19.9.–14.11.2026, 9.1.–13.3.2027

Tunteja 36 , 36

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Ikonimaalauskurssi sopii sekä aloittelijoille että pidempään maalanneille. Käytämme perinteistä munatemperatekniikkaa. Aihe on vapaa. Kurssiviikonloput: 19.-20.9.2026, 3.-4.10.2026, 14.11.2026, 9.1.-10.1.2027, 13.-14.2.2027 ja 13.3.2027. La 9.00-15.00, su 10.00-15.00, 14.11.2026 ja 13.3.2027 klo 10.00-14.00. Kurssille on ilmoitettava ennakkoon. Enint. 10 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00



KALLIGRAFIA**110305****ANNASTIINA LEPPÄLÄ**

Pe 17.00–19.15, La 10.00–14.00, La 10.00–15.00

Kirkkokadun yläkoulu, kuvataidelk. B106, Kirkkokatu 15

19.9.–7.11.2026, 5.3.–24.4.2027

Tunteja 30 , 30

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Oletko aina halunnut kirjoittaa kauniisti? Kiehtovatko sinua erilaiset käsialat tai haluaisitko kehittää omaa käsialaasi? Kalligrafia on kauniin käsinkirjoittamisen taiteena, jossa yhdistyvät historia, kuvallinen ilmaisu ja mustetekniikka. Kurssin alussa tutustutaan kalligrafian työvälaineisiin ja tekniikoihin, minkä jälkeen valitset sinua eniten kiehtovan historiallisen käsialatyylin ja opettelet kirjoittamaan sillä. Valitsemasi tyyli voi olla peräisin esimerkiksi antiikin Roomasta tai suomalaisen kansakoulun alkutaipaleelta (kaunokirjoitus). Kurssin päätteeksi toteutat oman pienimuotoisen kalligrafisen työn valitsemallasi käsialalla. Opiskelijoiden toiveiden mukaan kurssilla voidaan harjoitella myös laajemmin kuvallista ilmaisuja, kuten vesiväri- tai tussimaalausta ja yhdistää sitä kalligrafiaan. Kurssipäivät syksy 2026: la 19.9. klo 10.00 -15.00, pe 2.10. klo 17.00 - 19.15, la 3.10. klo 10.00 - 14.00, pe 23.10. klo 17.00 - 19.15, la 24.10. klo 10.00 - 14.00, pe 6.11. klo 17.00 - 19.15 ja la 7.11. klo 10.00 - 14.00. Kevät 2027: pe 5.3. klo 17.00 - 19.15, la 6.3. klo 10.00 - 14.00, pe 19.3. klo 17.00 - 19.15, la 20.3. klo 10.00 - 14.00, pe 9.4. klo 17.00 -19.15, la 10.4. klo 10.00 - 14.00 ja la 24.4. klo 10.00 - 15.00. Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon. Enint. 12 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KUVATAITEEN TYÖPAJA**110306****ANTTI HAKKARAINEN**

La 10.00–16.45, Su 10.00–16.00 P-K:n koulutuskuntayhtymä, Riveria, kuvataide- ja kädentaitoryhmien tilat, Nurmeksenkatu 11 (käynti sisäpihalle, ovi rakennuksen Harjukadun puoleisessa päässä, käynti tilaan keskellä olevasta ovesta)

24.10.–15.11.2026, 16.1.–7.2.2027

Tunteja 30 , 30

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Kurssilla työskennellään piirtämisen ja maalaamisen parissa. Pääpaino on öljyvärimaalauksessa, mutta tutustumme myös muihin maalaus- ja piirustusvälineisiin. Töiden aiheet ovat oppilaiden itse valitsemissä. Ne voivat olla mitä tahansa maisemasta abstrakteihin kokeiluihin. Pyrimme viikonlopun aikana toteuttamaan valmiin teoksen. Mukaan omat piirustus/maalaustarvikkeet ja omia aiheita. Käymme tarvittaessa maalauksen alkeita läpi, joten kurssi sopii sekä vasta-alkajille että edistyneemmille. Kurssipäivät syksy: la - su 24.10.- 25.10.2026 ja 14.11 - 15.11.2026 kevät: la - su 16.1.- 17.1.2027 ja 6.2. - 7.2.2027 la 10.00 - 16.45, su 10.00 - 16.00. Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon. Enint.12 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

MAALAUKSEN PERUSTEITA**110309****MICHAL CZINEGE, MAIJA LAURINEN**

Ke 17.00–20.00 P-K:n koulutuskuntayhtymä, Riveria,

kuvataide- ja kädentaitoryhmien tilat, Nurmeksenkatu 11

(käynti sisäpihalle, ovi rakennuksen Harjukadun puoleisessa päässä, käynti tilaan keskellä olevasta ovesta)

2.9.–14.10.2026

Tunteja 30 , 30

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Kurssilla tutustutaan erilaisten maalaustekniikoiden mahdollisuuksiin. Kurssi opastaa maalausprosessin eri vaiheisiin yksilöllisesti opettajien avustuksella. Kurssi on avoin kaikille maalauksesta kiinnostuneille. Se sopii sekä vasta-alkajille että maalausta pitkään harrastaneille. Osallistuminen ei edellytä aiempaa kokemusta. Keskiviikkoisin klo 17:00-20:00. Kurssin kevätkauden alkamisajankohta ilmoitetaan myöhemmin. Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon. Enint. 12 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

PUUPIIRROS, VKL-KURSSI**110310****KATJA KUITTINEN**

Pe 17.00–20.00, La 9.00–15.00, Su 9.00–15.00

toimipaikka avoin

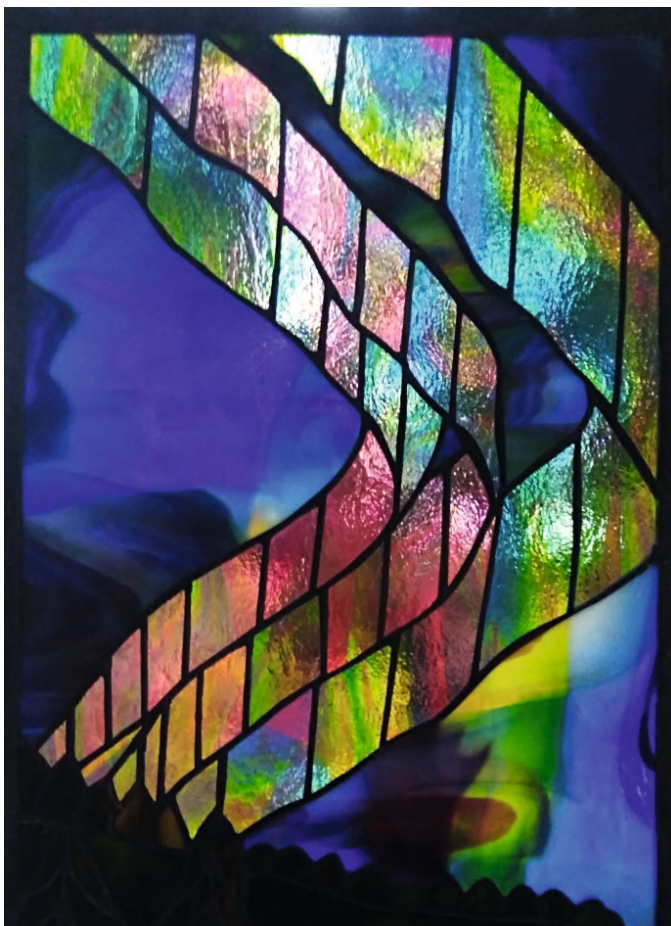
29.–31.1.2027

Tunteja 18

50,00 € + materiaalimaksu 20 €.

Kurssilla tutustutaan väripuupiirroksen kahteen eri tekniikkaan: useamman laatan käyttöön sekä yhden laatan tekniikkaan. Jos käsien voima ei riitä puun kaivertamiseen, niin tarjolla on pehmeämpää vaahtopvc- tai linolaattaa. Opit kurssilla mm. erilaisia vedostustekniikkoja ja kuinka laatat kohdistetaan tarkasti. Käytämme öljypohjaisia värejä. Pe 29.1.2027 klo 17.00 - 20.00, la 30.1. - su 31.1.2027 klo 9.00 - 15.00. Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon. Enint. 10 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 8.12.2026 9.00



LASITYÖT

110307

IRJA HACHMANN

Pe 16.30–20.30, La 9.00–19.30, Su 9.00–18.30 Kirkkokadun
yläkoulu, teknisen työn lk., Koulukatu 1

11.–13.9.2026

Tunteja 30

60,00 €

Kurssilla valmistetaan lasitaide esineitä tai lasi käyttöesineitä tiffanyteknikalla, lyijyteknikalla tai lasinsulatusteknikalla. Kaikkiin tekniikoihin voi yhdistää myös lasimaalausta, jonka saloihin myös perehdymme. Voit valmistaa lampunvarjostimen, ikkuna-, seinä- tai pöytäkoristeen, upeita vateja, kolmiulotteisia taide-teoksia...vain mielikuvitus on rajana. Kenelle; Kurssi sopii niin vasta-alkajille kuin jo pitkään harrastaneille lasin ystäville. Mitään erikoisia kädentaitoja harrastus ei vaadi, mutta rutkasti kärsivällisyyttä! Käymme kurssilla tekniikat läpi teoriassa ja käytännössä, lasinleikkauksesta työturvallisuuteen asti.

Materiaalit ja työkalut: Opettajalla ja opistolla tarvittavat työkalut. Mikäli tuot omia työkaluja, muista merkitä ne. Opettajalla myös materiaalia myynnissä, mutta ei mitään myyntipakkoa, joten voit ostaa materiaalia vain sen määrän, kuin teokseksi tarvitset. Materiaalimaksu työkaluista 7 €/opiskelija ja uninin käyttömaksu käytöstä riippuen.

Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon. Enint. 10 opiskelijaa.
Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

LASITYÖT

110308

IRJA HACHMANN

Pe 16.30–20.30, La 9.00–19.30, Su 9.00–18.30 Kirkkokadun
yläkoulu, teknisen työn lk., Koulukatu 1

23.–25.4.2027

Tunteja 30

60,00 €

Kurssilla valmistetaan lasitaide esineitä tai lasi käyttöesineitä tiffanyteknikalla, lyijyteknikalla tai lasinsulatusteknikalla. Kaikkiin tekniikoihin voi yhdistää myös lasimaalausta, jonka saloihin myös perehdymme. Voit valmistaa lampunvarjostimen, ikkuna-, seinä- tai pöytäkoristeen, upeita vateja, kolmiulotteisia taide-teoksia...vain mielikuvitus on rajana. Kenelle; Kurssi sopii niin vasta-alkajille kuin jo pitkään harrastaneille lasin ystäville. Mitään erikoisia kädentaitoja harrastus ei vaadi, mutta rutkasti kärsivällisyyttä! Käymme kurssilla tekniikat läpi teoriassa ja käytännössä, lasinleikkauksesta työturvallisuuteen asti.

Materiaalit ja työkalut: Opettajalla ja opistolla tarvittavat työkalut. Mikäli tuot omia työkaluja, muista merkitä ne. Opettajalla myös materiaalia myynnissä, mutta ei mitään myyntipakkoa, joten voit ostaa materiaalia vain sen määrän, kuin teokseksi tarvitset. Materiaalimaksu työkaluista 7 €/opiskelija ja uninin käyttömaksu käytöstä riippuen.

Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon. Enint. 10 opiskelijaa.
Ilmoittautuminen alkaa 8.12.2026 9.00



KÄDENTÄIDOT

ENTISÖINTI

110401

HANNA HARJU

Ti 17.00–20.15 Kirkkokadun yläkoulu, teknisen työn lk.,
Koulukatu 1

6.10.–1.12.2026, 12.1.–2.3.2027

Tunteja 32 , 32

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Kurssilla korjataan puisia huonekaluja ja niiden pintakäsittelyjä ja verhoiluja. Ota projektisi mukaan jo ensimmäisellä kokoon-tumiskerralla. Voit tarvita myös omia työkaluja, kuten puukko, sivuleikkurit/nupinpoistaja, sikli ja hiomapaperit sekä hengitys-suojainta ja työ/suojahanskoja. Kansalaisopistolla on koululla varasto, jossa projektia voi säilyttää kurssin ajan. Kurssille on ilmoittauduttava ennakoon. Enint. 12 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KANKAANKUDONTA, ALKEET (SOPII MYÖS JATKAVILLE)

110402

RIITTA MOHELL

Ke 17.00–20.00 P-K:n koulutus kuntayhtymä, Riveria,
kuvataide- ja kädentaityöryhmien tilat, Nurmeksenkatu 11
(käynti sisäpihalle, ovi rakennuksen Harjukadun puoleisessa
päässä, käynti tilaan keskellä olevasta ovesta)

16.9.–25.11.2026, 13.1.–24.3.2027

Tunteja 40 , 40

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Tule kutomaan oma matto, huopa tai liina. Opi kudontaa loimien suunnittelusta ja rakentamisesta valmiiksi tekstiiliksi. Mahdollisuus kutoa myös tuntien ulkopuolella. Kurssille osallistuminen ei vaadi aiempaa kokemusta kankaankudonnasta. Kurssille on ilmoittauduttava ennakoon. Enint. 14 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KANKAANKUDONTA (JATKO) JA KÄSITYÖPAJA 110403

RIITTA MOHELL

Ke 14.00–16.15 P-K:n koulutus kuntayhtymä, Riveria,
kuvataide- ja kädentaityöryhmien tilat, Nurmeksenkatu 11
(käynti sisäpihalle, ovi rakennuksen Harjukadun puoleisessa
päässä, käynti tilaan keskellä olevasta ovesta)

16.9.–25.11.2026, 13.1.–24.3.2027

Tunteja 30 , 30

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Opi kudontaa loimien suunnittelusta ja rakentamisesta valmiiksi tekstiiliksi. Mahdollisuus kutoa myös tuntien ulkopuolella. Vaih-toehtoisesti erilaisia käsityötekniikoita toiveiden mukaan, esim. loimimaalaus, oksanhankakudonta tai mosaiikki. Kurssille on ilmoittauduttava ennakoon. Enint. 14 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KERAMIKKAKURSSI**110404****PAULA HÄRMÄ**

Ke 17.00–20.00 Keramiikkapaja, Paula Härmä,
Salmenkyläntie 79

9.9.–16.12.2026, 20.1.–28.4.2027

Tunteja 32 , 32

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Parittomat keskiviikot 9.9.–16.12.2026, 20.1.–28.4.2027 Tutustumme saven kiehtovaan maailmaan ja valmistamme kivitavara-savesta koriste- ja käyttöesineitä erilaisia käsinrakennustekniikoita soveltaen. Tutustumme myös koristelu- ja lasitustekniikoihin. Kurssi sisältää myös rakupolton kurssilaisten niin halutessa. Materiaali- ja polttomaksu käytön mukaan. Materiaalit saa ostettua opettajalta. Kurssilla poltetaan vain kurssilla tehtyjä töitä. Sopii myös vasta-alkajille. Kurssille on ilmoittauduttava ennakkoon. Enint. 8 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KIRJANSIDONTA**110405****PAULA HÄRMÄ**

Pe 17.00–20.00, La 10.00–15.00 Keramiikkapaja, Paula Härmä, Salmenkyläntie 79

5.–20.2.2027

Tunteja 20

50,00 €

Tehdään kauniita ja persoonallisia kirjoja sekä uusia, että kierätettyjä materiaaleja käyttäen. Käytämme Long stitch- , Chain stitch- ja Button hole stitch- sidoksia. Materiaalilista tulee ennen kurssia opettajalta, osa materiaaleista on ostettavissa opettajalta. Pe - la 5.2.- 6.2.2027 ja 19.2. - 20.2.2027. Pe klo 17.00 - 20.00 ja la klo 10.00 - 15.00. Kurssille on ilmoittauduttava ennakkoon. Enint. 8 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 8.12.2026 9.00

KÄDENTAITOKURSSI**110406****PAULA HÄRMÄ**

Ma 17.00–20.00 Keramiikkapaja, Paula Härmä,
Salmenkyläntie 79

14.9.–23.11.2026, 18.1.–22.2.2027

Tunteja 12 , 8

50,00 € (25,00 €, 25,00 €)

Ma 14.9., 19.10., 23.11.2026 ja 18.1., 22.2.2027 klo 17.00 - 20.00. Kurssin tavoitteena on herätellä innostusta kädentaitoihin ja tuottaa onnistumisen kokemuksia erilaisten materiaalien parissa työskennellen. Sisältönä voi olla esim. makrameeta, luonnonmateriaalien käyttöä, lankojen/kankaiden värjäystä, paperitöitä, linotöitä, savitöitä ja mosaiikkia. Tarkempi sisältö päätetään ensimmäisellä kerralla.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KÄSITÖITÄ PÄIVÄLLÄ**110407****ANITTA LUKKARINEN**

Ma 14.00–16.15 P-K:n koulutuskuntayhtymä, Riveria, kuvataide- ja kädentaitoryhmien tilat, Nurmeksenskatu 11 (käynti sisäpihalle, ovi rakennuksen Harjukadun puoleisessa päässä, käynti tilaan keskellä olevasta ovesta)

14.9.–23.11.2026, 11.1.–22.3.2027

Tunteja 30 , 30

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Käsitöitä omien toiveiden mukaan. Ompelua laidasta laitaa, esim. vaatteet valmiita kaavoja käyttäen, korjausta, tuunausta. Kirjontaa, neulontaa, (haarukka) virkkausta, aurinkovärjäystä jne. tai toiveiden mukaan. Ompelukoneet ja saumurit käytettävissä sekä paljon lehtiä, joissa runsaasti kaavoja ja ideoita. Kurssille on ilmoittauduttava ennakkoon. Enint. 10 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

LYHYT KERAMIKKAKURSSI 1**110408****PAULA HÄRMÄ**

Ke 16.00–16.45, To 16.00–20.30, La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00 Keramiikkapaja, Paula Härmä, Salmenkyläntie 79

24.10.–18.11.2026

Tunteja 19

50,00 €

La 24.10. - su 25.10.2026 klo 10.00 - 15.00 töiden muotoilu, to 5.11.2026 klo 16.00 - 20.30 lasitus ja ke 18.11.2026 klo 16.00 -16.45 töiden haku. Upota sormesi saveen ja anna mielikuvitukselle vapaus loihdita persoonallisia käyttö- ja koriste-esineitä sisä- ja ulkotiloihin. Tutustumme käsinrakennustekniikoihin ja lasittamiseen. Käytämme kurssilla korkeanpolton savea ja työt lasitetaan viimeisellä kurssikerrolla. Kurssi sopii myös vasta-alkajille. Kurssille on ilmoittauduttava ennakkoon. Enint. 8 opiskelijaa. Materiaali- ja polttomaksu käytön mukaan.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

LYHYT KERAMIKKAKURSSI 2**110409****PAULA HÄRMÄ**

Ke 16.00–16.45, La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00 Keramiikkapaja, Paula Härmä, Salmenkyläntie 79

20.3.–14.4.2027

Tunteja 19

50,00 €

La - su 20.3.- 21.3.27 klo 10.00 - 15.00 töiden muotoilu, la 3.4.2027 klo 10.00 - 15.00 lasitus, ke 14.4.2027 klo 16.00 - 16.45 töiden haku. Upota sormesi saveen ja anna mielikuvitukselle vapaus loihdita persoonallisia käyttö- ja koriste-esineitä sisä- ja ulkotiloihin. Tutustumme käsinrakennustekniikoihin ja lasittamiseen. Käytämme kurssilla korkeanpolton savea ja työt lasitetaan viimeisellä kurssikerrolla. Kurssi sopii myös vasta-alkajille. Kurssille on ilmoittauduttava ennakkoon. Enint. 8 opiskelijaa. Materiaali- ja polttomaksu käytön mukaan. Ilmoittautuminen alkaa 8.12.2026 9.00

NUKKEKOTIASKARTELU**110410****HANNA HARJU**

Pe 17.00–20.15, La 10.00–15.45 Kirkkokadun yläkoulu,
teknisen työn lk., Koulukatu 1
13.–14.11.2026

Tunteja 10
30,00 €

Askarrellaan nukkekotiin ruokia polymeerimassasta (Fimo/Cernit) ja taikataikinasta. Voit käyttää kurssiviikonlopun myös oman kesken-eräisen projektin jatkamiseen. Ota mukaan muutamia värejä, massaa sekä eväät.

Pe 13.11.26 klo 17.00-20.15 , la 14.11.26 klo 10.00-15.45.

Kurssille on ilmoittauduttava ennakkoon. Enint. 8 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

NUKKEKOTIASKARTELU**110411****HANNA HARJU**

Pe 17.00–20.15, La 10.00–15.45 Kirkkokadun yläkoulu,
teknisen työn lk., Koulukatu 1
22.–23.1.2027

Tunteja 10
30,00 €

Askarrellaan nukkekotiin nojatuoleja ja sohvia. Voit käyttää kurssiviikonlopun myös roomboxin rakentamiseen tai oman kesken-eräisen projektin jatkamiseen. Opettaja tuo tarvikkeita teema-askarteluun, ota mukaan myös omia askartelutarvikkeita ja -välineitä kuten kankaita, kartonkia ja liimaa sekä eväät.

Pe 22.1.27 klo 17.00-20.15, la 23.1.27 klo 10.00-15.45.

Kurssille on ilmoittauduttava ennakkoon. Enint. 8 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 8.12.2026 9.00

OMPELUA PÄIVÄLLÄ**110412****ANITTA LUKKARINEN**

Ma 11.00–13.15 P-K:n koulutuskuntayhtymä, Riveria,
kuvataide- ja kädentaitoryhmien tilat, Nurmeksenkatu 11
(käynti sisäpihalle, ovi rakennuksen Harjukadun puoleisessa
päässä, käynti tilaan keskellä olevasta ovesta)

14.9.–23.11.2026, 11.1.–22.3.2027

Tunteja 30 , 30

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Ompelua laidasta laitaan, omien toivomusten mukaan: esim. vaatteet valmiita kaavoja käyttäen, vaatteiden korjaukset/tuunaukset, tilkkutyöt, kesken-eräiset ompelutyöt jne. Voit siis ommella juuri sitä, mitä haluat. Käytettävissä ompelukoneet, saumurit ja paljon lehtiä, joissa runsaasti kaavoja. Kurssille on ilmoittauduttava ennakkoon. Enint. 10 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

PUUKONVALMISTUSKURSSI**110413****ARI HOPPONEN**

La 9.00–18.00, Su 9.00–18.00 Kirkkokadun yläkoulu,
teknisen työn lk., Koulukatu 1
26.9.–4.10.2026

Tunteja 44
80,00 €

Kurssilla valmistetaan omaan käteen sopiva peruspuukko. Terä taotaan hiiliteräksestä, hiotaan, karkaistaan ja päästetään. Valmistetaan kahva puusta ja muista materiaaleista. Muotoillaan lesta ja ommellaan tuppi nahkasta, joka voidaan koristella eri tavoin. Normaalin kurssimaksun lisäksi materiaali- ja koneiden käyttömaksu 40 euroa, joka maksetaan opettajalle. Kurssin ajankohta 26.-27.9.2026 ja 3.-4.10.2026 la- su 9.00-18.00. Kurssille on ilmoittauduttava ennakkoon. Enint. 12 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

PUUKONVALMISTUSKURSSI**110414****ARI HOPPONEN**

La 9.00–18.00, Su 9.00–18.00 Kirkkokadun yläkoulu,
teknisen työn lk., Koulukatu 1
9.–17.1.2027

Tunteja 44
80,00 €

Kurssilla valmistetaan omaan käteen sopiva peruspuukko. Terä taotaan hiiliteräksestä, hiotaan, karkaistaan ja päästetään. Valmistetaan kahva puusta ja muista materiaaleista. Muotoillaan lesta ja ommellaan tuppi nahkasta, joka voidaan koristella eri tavoin. Normaalin kurssimaksun lisäksi materiaali- ja koneiden käyttömaksu 40 euroa, joka maksetaan opettajalle. Kurssin ajankohta 9.-10.1. ja 16.-17.2026 la- su 9.00-18.00. Kurssille on ilmoittauduttava ennakkoon. Enint. 12 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 8.12.2026 9.00

PUULUSIKAN VEISTO**110415****HANNA HARJU**

La 10.00–15.00 Kirkkokadun yläkoulu, teknisen työn lk.,
Koulukatu 1
21.–28.11.2026

Tunteja 12

40,00 € + tarvikemaksu 5 €.

Kaksiosaisella kurssilla veistetään lusikka tai pieni kauha tuoreesta puusta. Ensimmäisenä lauaintaina veistetään lusikan aihio ja viikon päästä viimeistellään sekä opetellaan puukon teroitus-ta. Voit ottaa mukaan oman puukon ja pienen kirveen tai lainata välineet opettajalta. Viiltosuojahanskoja suositellaan. Kurssille on ilmoittauduttava ennakkoon. Enint. 10 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

PUUTYÖT (MAANANTAI)**110416****HANNA HARJU**

Ma 17.00–20.15 Kirkkokadun yläkoulu, teknisen työn lk.,
Koulukatu 1

5.10.–30.11.2026, 11.1.–1.3.2027

Tunteja 32 , 32

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Kurssilla tehdään puutoita yläkoulun puutyöluokassa, jossa on käsityösali työkaluineen ja pieni konesali. Kurssi sopii aloittelijoille ja pidempään harrastaneille. Ota ensimmäiselle kurssikerralle mukaan mitat ja kuva tai piirustukset työstä, jonka haluat tehdä, niin suunnitellaan yhdessä, mitä materiaaleja tarvitset, ja miten työn voi toteuttaa. Kurssilaiset hankkivat itse käyttämänsä puumateriaalit ja tarvikkeet, kuten liimat, hiomapaperit, -laikat ja kiinnitystarvikkeet. Voit ottaa yhteyttä opettajaan esim. materiaalin hankintaan liittyvissä kysymyksissä. Kurssilla ei voi käyttää kyllästettyä eikä maalattua puuta. Suositeltavia puulajeja ovat mänty ja lehtipuut. Kansalaisopistolla on varasto, jossa voi säilyttää keskeneräisiä töitä. Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon. Enint. 12 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

PUUTYÖT (TORSTAI)**110417****HANNA HARJU**

To 17.00–20.15 Kirkkokadun yläkoulu, teknisen työn lk.,
Koulukatu 1

8.10.–3.12.2026, 14.1.–4.3.2027

Tunteja 32 , 32

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Kurssilla tehdään puutoita yläkoulun puutyöluokassa, jossa on käsityösali työkaluineen ja pieni konesali. Kurssi sopii aloittelijoille ja pitempään harrastaneille. Ota ensimmäiselle kurssikerralle mukaan mitat ja kuva tai piirustukset työstä, jonka haluat tehdä, niin suunnitellaan yhdessä, mitä materiaaleja tarvitset, ja miten työn voi toteuttaa. Kurssilaiset hankkivat itse käyttämänsä puumateriaalit ja tarvikkeet, kuten liimat, hiomapaperit, ja -laikat ja kiinnitystarvikkeet. Voit ottaa yhteyttä opettajaan esim. materiaalin hankintaan liittyvissä kysymyksissä. Kurssilla ei voi käyttää kyllästettyä eikä maalattua puuta. Suositeltavia puulajeja ovat mänty ja lehtipuut. Kansalaisopistolla on varasto, jossa voi säilyttää keskeneräisiä töitä. Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon. Enint. 12 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

PÄSSINPUSSIN PARKITSEMINEN**110418****ANNA PIETILÄINEN**

Ke 17.00–19.15 Kirkkokadun yläkoulu, tekstiilityön lk. B109,
Kirkkokatu 15

3.2.–7.4.2027

Tunteja 15

50,00 €

Kurssilla parkitaan kasviparkilla pässinpussi. Kurssilla opit kasviparkitsemisen perusteet. Lisätietoja kurssista kurssin opettajalta Anna Pietiläiseltä, pietilanna@gmail.com. Kurssilla tarvittavia materiaaleja on mahdollista ostaa kurssin opettajalta. Kurssipäivät: 3.2., 10.2., 17.2., 31.3., 7.4.2027. Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon 13.1.2027 mennessä. Enint. 10 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 8.12.2026 9.00

TANSSI

**COUNTRY-TANSSI****110501****ARI MERIRUOKO**

Su 17.30–19.00 Porokylän koulu, liikuntasali, Mähköntie 19
13.9.–20.12.2026, 10.1.–18.4.2027

Tunteja 26 , 26

80,00 € (40,00 €, 40,00 €)

Kantririvitanssi, opetellaan ja tanssitaan helppoja ja keskivaikeita tansseja, uudet harrastajat myös tervetulleita. Ota mukaan tanssikengät. Kurssi kokoontuu klo 17.30-19.00.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

ITÄMAINEN TANSSI, VKL-KURSSI**110502****RIITTA MIKKONEN**

La 10.00–13.00 Nurmes-talo, Palander-sali, Kötsintie 2
19.9. ja 17.10.2026, 16.1. ja 13.2.2027

Tunteja 8 , 8

50,00 € (25,00 €, 25,00 €)

Kurssipäivät syyskaudella 19.9. ja 17.10.2026, kevätkaudella 16.1. ja 13.2.2027. Kurssi sopii itämaisen tanssin perusliikkeet ja -tekniikan omaaville. Kerrataan perustekniikkaa ja opetellaan helpohkoja tansseja. Jos sinulta löytyy, ota tunneille mukaan esim. lantiohuivi, hunttu, tanssiasu. Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon. Enint. 25 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KANSANTANSSI**110503****MARKKU RYYNÄNEN**

Su 10.00–14.15 Kirkkokadun yläkoulu, yläsali, Kirkkokatu 15
20.9. ja 11.10.2026

Tunteja 10

30,00 €

Kurssipäivät 20.9.2026 ja 11.10.2026. Alkeet klo 10-11.30 ja jatko klo 12-14.15. Helppoja tansseja ja paritanssivariaatioita, rentoa menoaa huumoria unohtamatta. Kurssilla opetellaan suomalaiseseen ja karjalaiseen kansantanssiin pohjautuvia perinteisiä ja uusia tansseja sekä paritanssivariaatioita oppilaiden lähtötaso huomioiden. Kävelen pääsemme alkuun eikä omaa paria tarvita. Aloitamme helpommasta ja pienen tauon jälkeen jatkamme hieman vaativammalla ohjelmalla ryhmän taso huomioon ottaen. Varusteena rento vaatetus ja kevyet jalkineet tai tanssitossut. Aiempaa kokemusta et tarvitse ja konkareillekin tarjolla uusia kujeita.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KUNTOVATSATANSSI**110504****RIITTA MIKKONEN**

Ma 16.15–17.15 Kirkkokadun yläkoulu, yläsali, Kirkkokatu 15
7.9.–16.11.2026, 4.1.–15.3.2027

Tunteja 15 , 15

60,00 € (30,00 €, 30,00 €)

Iloista ja tehokasta liikuntaa mukavan musiikin tahdissa, sopii kaikille. Opetellaan itämaisen tanssin perustekniikkaa. Liikkeet vahvistavat vatsan ja selän lihaksia, auttavat niska-hartiaseudun jännityksiin ja parantavat ryhtiä ja tasapainoa. Ei tarvitse aikaisempaa kokemusta. Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KUNTOVATSATANSSI**110505****RIITTA MIKKONEN**

Ti 10.00–11.00 Nurmes-talo, Palander-sali, Kötsintie 2
8.9.–17.11.2026, 5.1.–16.3.2027

Tunteja 15 , 15

60,00 € (30,00 €, 30,00 €)

Iloista ja tehokasta liikuntaa mukavan musiikin tahdissa, sopii kaikille. Opetellaan itämaisen tanssin perustekniikkaa. Liikkeet vahvistavat vatsan ja selän lihaksia, auttavat niska-hartiaseudun jännityksiin ja parantavat ryhtiä ja tasapainoa. Ei tarvitse aikaisempaa kokemusta. Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon.

Enint. 25 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

LATINOBIIC**110506****TEIJA KARPPINEN**

To 19.00–19.45 Kirkkokadun yläkoulu, alasali, Kirkkokatu 15
1.10.–10.12.2026, 14.1.–22.4.2027

Tunteja 10 , 14

50,00 € (25,00 €, 25,00 €)

Latinobic on lempeä ja tehokas soolotanssitunti, jossa musiikki vie mukanaan ja keho saa harjoitusta. Helpon askelsarjan, lattareiden ja suomalaisten tanssien rytmit yhdistyvät rennon hauskaksi tanssitreeniksi. Luvassa on iloa, hymyä ja onnistumisen elämyksiä. Latinobic sopii kaikille.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

LAVATANSSI**110507****MERJA LUKKARI**

Ti 18.00–20.15 Porokylän koulu, liikuntasali, Mähköntie 19
1.9.–15.12.2026, 12.1.–27.4.2027

Tunteja 46 , 46

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Lavatanssi koostuu vain yhdestä ryhmästä. Kurssi sopii erinomaisesti vasta-alkajille tai henkilöille jotka haluavat kerrata tanssin perusaskeleet/perusteet. Tanssimme saman tanssin kaksi-kolme kertaa riippuen tanssista. Harjoitellaan kehon kannatusta, peruskuvioita, haetaan oikeaa rytmiä. Opetellaan viemisen ja seuraamisen perusteita. Suosituimmat lavatanssit haltuun otettamatta perinteisiä lavatansseja. Kurssilla harjoitellaan myös argentiinalaisen tangon perusteita, liikekieltä ja tekniikkaa. Aiempaa tanssitaustaa tai lajikokemusta ei tarvita. Voit olla aloittelija tai jonkin verran lajia harrastanut. Argentiinalaista tangoa ohjaa Vuokko Ikonen. Ota mukaan tanssiin sopivat kengät ja juomapullo.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

TAITEEN PERUSOPETUS, TANSSI**Nurmes-talo, Palander-sali, Kötsintie 2**

Tanssitaiteen perusopetuksessa kansalaisopisto tukee Nurmeksen Seppöjen tanssijaostoa, joka järjestää tanssinopetusta eri ikäryhmille. Lastentanssia järjestetään 3-6-vuotiaille lapsille. Taiteen perusopetussuunnitelman mukaista tanssinopetusta järjestetään 7-19-vuotiaille, lajeina ovat baletti, nykytanssi, jazztanssi ja street. Aikuisille on tarjolla baletti- ja jazz/nykytanssitunteja. Opetusviikkoja on syksyllä 17 ja keväällä 17. Yhteystiedot: Nurmeksen Sepot ry, tanssijaosto, Katja Juntunen pj puh. 040 567 5474 tanssijaosto.nurmes@gmail.com, <http://tanssi.nurmeksensepot.fi/> FB, IG: @tanssijaostoNurmes

ENGLANTI

EVERYDAY ENGLISH

120301

JAANA HUKKANEN

Ma 18.10–19.40 Nurmes-talo, kokous- ja koulutustila,
Hyvinvointipalvelut, alakerta, Kötsintie 2
28.9.–7.12.2026, 11.1.–5.4.2027

Tunteja 20 , 22

70,00 € (35,00 €, 35,00 €)

Welcome to study English! Tällä kurssilla harjoittelemme monipuolisesti arkielämän puhetilanteita sekä opiskelemme englannin kielen perusrakenteita. Teemme myös paljon erilaisia keskustelu- ja kuullunymmärtämisharjoituksia. Pyrimme opiskelussa ennen kaikkea siihen, että rohkaistut käyttämään kieltä virheitä pelkäämättä. Oppikirja: Everyday English 5.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

MATKAILUENGLANTI

120302

JAANA HUKKANEN

To 10.00–11.30 Nurmes-talo, kokous- ja koulutustila,
Hyvinvointipalvelut, alakerta, Kötsintie 2
1.10.–10.12.2026, 14.1.–1.4.2027

Tunteja 20 , 22

70,00 € (35,00 €, 35,00 €)

Kurssin pääpaino on puhutussa kielessä eli teemme runsaasti erilaisia keskustelu- ja kuullunymmärtämisharjoituksia. Tutustumme englanninkieliseen maailmaan ja kulttuuriin erityisesti matkailun ja matkailijan näkökulmasta. Tarpeen mukaan kertaamme myös kielioppia. **See you soon!**

Oppikirja: Around the world + opettajan lisämateriaali

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00



RANSKA

KÄYTÄNNÖN RANSKA

120501

JAANA HUKKANEN

To 16.00–17.30 Nurmes-talo, kokous- ja koulutustila,
Hyvinvointipalvelut, alakerta, Kötsintie 2
1.10.–10.12.2026, 14.1.–1.4.2027

Tunteja 20 , 22

70,00 € (35,00 €, 35,00 €)

Bonjour à tous! Tällä kurssilla pääpaino on elämän erilaisissa kommunikaatiotilanteissa ja oman mielipiteen ilmaisussa. Keskustelu- ja kuullunymmärtämisharjoitukset ovat keskeisessä osassa. Kurssilla tutustumme myös ranskan kieliseen kulttuuriin, yhteiskuntaan ja tapoihin erilaisten keskusteluaiheiden kautta. Kurssi sopii parhaiten jo muutaman vuoden ranskaa opiskelleille.

Soyez bienvenus! Oppikirja: Opettajan lisämateriaali

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

RANSKAN ALKEET II

120502

JAANA HUKKANEN

To 17.30–19.00 Nurmes-talo, kokous- ja koulutustila,
Hyvinvointipalvelut, alakerta, Kötsintie 2
1.10.–10.12.2026, 14.1.–1.4.2027

Tunteja 20 , 22

70,00 € (35,00 €, 35,00 €)

Bienvenu à étudier le français! Kurssilla opit kertomaan itsestäsi sekä selviytymään erilaisista arjen tilanteista esim. kahvilassa, ravintolassa, lääkärissä ja kaupassa. Kielen eri rakenteiden opiskelun lisäksi teemme paljon suullisia -ja kuullunymmärtämisharjoituksia. Tutustumme myös ranskalaiseen tapakulttuuriin, yhteiskuntaan ja musiikkiin. Kurssi sopii ranskaa noin vuoden kansalaisopistossa opiskelleille tai vastaavat tiedot omaaville.

Soyez bienvenus! Oppikirja: C'est parfait 1 (kpl 5-10)

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

ESPAÑJA

¡AVANZAMOS!

120701

JAANA HUKKANEN

Ke 16.00–17.30 Nurmes-talo, kokous- ja koulutustila,
Hyvinvointipalvelut, alakerta, Kötsintie 2
30.9.–9.12.2026, 13.1.–31.3.2027

Tunteja 20 , 22

70,00 € (35,00 €, 35,00 €)

¡Hola, buenos días! ¿Que tal? Jatkamme espanjan kielen opiskelua. Kurssi soveltuu parhaiten jo muutaman vuoden espanjaa opiskelleille. Pääpaino kursilla on suullisen kielitaidon kehittämisessä ja kommunikaatitilanteissa. Kieliopissa pääpaino on edelleen verbien taivutuksessa ja käytössä (mm. preteriti, imperfekti ja subjunktiivi). Oppikirja: ¡Avanzamos!+ opettajan lisämateriaali. Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00



ESPAÑJAN ALKEET II

120702

JAANA HUKKANEN

Ke 17.30–19.00 Nurmes-talo, kokous- ja koulutustila,
Hyvinvointipalvelut, alakerta, Kötsintie 2
30.9.–9.12.2026, 13.1.–31.3.2027

Tunteja 20 , 22

70,00 € (35,00 €, 35,00 €)

¡Hola a todos! ¡Bienvenidos a estudiar español! Tällä kursilla tutustumme espanjan kielen perusteisiin sekä espanjankieliseen maailmaan ja kulttuuriin. Kurssilla opit kertomaan itsestäsi sekä selviytymään erilaisista arjen tilanteista. Kurssilla teemme paljon puhe- ja kuunteluharjoituksia. Kurssi sopii espanjaa noin vuoden kansalaisopistossa opiskelleille tai vastaavat tiedot omaaville. Oppikirja: De viaje (kpl 8-10) + uudesta oppikirjasta sovimme myöhemmin yhdessä.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00



ITALIA

ITALIAN ALKEIDEN JATKO

120801

JAANA HUKKANEN

Ma 16.30–18.00 Nurmes-talo, kokous- ja koulutustila,
Hyvinvointipalvelut, alakerta, Kötsintie 2
28.9.–7.12.2026, 11.1.–5.4.2027

Tunteja 20 , 22

70,00 € (35,00 €, 35,00 €)

Buongiorno! Come sta? Jatkamme italian alkeiden opiskelua. Kurssilla opimme selviytymään erilaisista arkipäivän tilanteista italian kielellä. Teemme paljon erilaisia kuuntelu- ja puheharjoituksia, opiskelemme kielioppia sekä tutustumme italialaiseen kulttuuriin ja elämänmenoon. Italiankielisellä musiikilla on myös tärkeä rooli opiskelussa. Pääpaino kursilla on oman puheen tuottamisessa ja puheen ymmärtämisessä. **Ci vediamo presto!**

Oppikirja: Si parte 1 (kpl 9-10) + Si Parte 2

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

ITALIAN JATKO

120802

JAANA HUKKANEN

Ti 18.15–19.45 Nurmes-talo, kokous- ja koulutustila,
Hyvinvointipalvelut, alakerta, Kötsintie 2
29.9.–8.12.2026, 12.1.–30.3.2027

Tunteja 20 , 22

70,00 € (35,00 €, 35,00 €)

Jatkamme italian kielen opiskelua ryhmän tarpeita ja toiveita kuunnellen. Kurssi soveltuu italiaa jo useamman vuoden opiskelleille. Teemme paljon erilaisia puhe- ja kuunteluharjoituksia ja jatkamme tutustumista italialaiseen elämänmenoon, kulttuuriin ja musiikkiin. Kuuntelemme myös italiankielisiä podcasteja eri elämäntilanteista. **Ci vediamo presto!** Oppikirja: Sovitaan ensimmäisellä kokoontumiskerralla + opettajan lisämateriaali.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

**LAUSUNTAKURSSI****130201****RIITTA TIENSUU**

To 16.30–18.00 Kirkkokadun yläkoulu, lk. B215,
Kirkkokatu 15

10.9.–19.11.2026, 14.1.–1.4.2027

Tunteja 20 , 22

70,00 € (35,00 €, 35,00 €)

Luemme yhdessä runoja ja harjoittelemme myös esittämään niitä. Mitään esiintymispakkoa ei kuitenkaan ole.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

HAASTAVIA RESEPTJÄ**- USKALTAAKO NIITÄ EDES KOKEILLA****810201****KAISU KORHONEN**

Ke 16.00–19.00 Kirkkokadun yläkoulu, opetuskeittiö/P-K:n
koulutuskuntayhtymä, Riveria, Nurmeksenskatu 11

21.10.–11.11.2026

Tunteja 16

50,00 €

Älä jää yksin pyörittelemään peukaloitasi monimutkaisten ruokaohjeiden kanssa, vaan tule kokkailemaan yhdessä. Valmistetaan porukalla helppoja kotiruokia, ravitsevia välipaloja, herkullisia jälkiruokia ja syödään tuotokset sitten yhdessä hyvässä seurassa. Tarvikemaksu 5 €/opetuskerta = 20 €, joka kerätään ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon. Enint. 15 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

SYKSYN SATOA MONIPUOLISESTI**810203****KAISU KORHONEN**

Ke 16.00–19.00 Kirkkokadun yläkoulu, opetuskeittiö/P-K:n
koulutuskuntayhtymä, Riveria, Nurmeksenskatu 11

9.–30.9.2026

Tunteja 16

50,00 €

Loppukesän sato - kasvikset, marjat, hedelmät - kannattaa syödä tuoreina, värikkäinä, herkullisina. Kurssilla valmistetaan kasvispainotteisia ruokia suolaisia piirakoita ja pasteijoita lihaa ja kalaa unohtamatta sekä marjaleivonnaisia.

Tarvikemaksu 5 €/opetuskerta = 20 €, joka kerätään ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon. Enint. 15 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

PULA-AJAN RUOKIA JA -LEIVONNAISIA**810202****KAISU KORHONEN**

Ke 16.00–19.00 Kirkkokadun yläkoulu, opetuskeittiö/P-K:n
koulutuskuntayhtymä, Riveria, Nurmeksenskatu 11

13.1.–3.2.2027

Tunteja 16

50,00 €

Jospa kaiken yltäkylläisyyden keskellä tehtäisiinkin terveellistä, niukkaa, mutta herkullista ruokaa ainoastaan kotimaisista raaka-aineista 1940-50-luvun ohjeiden pohjalta. Tällainen neljän opetuskerran kurssi vuoden alkajaisiksi voisi olla alku ainakin ruoan suhteen elintapamuutokselle ja painonhallinnallekin. Tarvikemaksu 5 €/opetuskerta = 20 €, joka kerätään ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon. Enint. 15 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 8.12.2026 9.00



LIIKUNTA



60 + JUMPPA, 1. RYHMÄ 830101

TIINA MERILÄINEN

Ma 12.30–13.15 Nurmes-talo, Palander-sali, Kötsintie 2
7.9.–16.11.2026, 11.1.–26.4.2027

Tunteja 10 , 14

50,00 € (25,00 €, 25,00 €)

Helppoa, monipuolista jumppaa jossa kehon lihaskuntoa, tasapainoa ja nivelten liikkuvuutta harjoitetaan jokaisen oman kunnon mukaan, unohtamatta venyttelyjä. Tavoitteena lihaskunnan ja kehon liikkuvuuden parantaminen myös välineitä käyttäen ja iloisessa seurassa liikkuen. Tule mukaan! Kurssille on ilmoitettava ennakkoon. Enint. 14 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

60 + JUMPPA, 2. RYHMÄ 830102

TIINA MERILÄINEN

To 12.30–13.15 Nurmes-talo, Palander-sali, Kötsintie 2
10.9.–19.11.2026, 14.1.–29.4.2027

Tunteja 10 , 14

50,00 € (25,00 €, 25,00 €)

Helppoa, monipuolista jumppaa jossa kehon lihaskuntoa, tasapainoa ja nivelten liikkuvuutta harjoitetaan jokaisen oman kunnon mukaan, unohtamatta venyttelyjä. Tavoitteena lihaskunnan ja kehon liikkuvuuden parantaminen myös välineitä käyttäen ja iloisessa seurassa liikkuen. Tule mukaan! Kurssille on ilmoitettava ennakkoon. Enint. 14 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

60 + JUMPPA, 3. RYHMÄ 830103

TIINA MERILÄINEN

Pe 11.45–12.30 Nurmes-talo, Palander-sali, Kötsintie 2
11.9.–20.11.2026, 15.1.–30.4.2027

Tunteja 10 , 14

50,00 € (25,00 €, 25,00 €)

Helppoa, monipuolista jumppaa jossa kehon lihaskuntoa, tasapainoa ja nivelten liikkuvuutta harjoitetaan jokaisen oman kunnon mukaan, unohtamatta venyttelyjä. Tavoitteena lihaskunnan ja kehon liikkuvuuden parantaminen myös välineitä käyttäen ja iloisessa seurassa liikkuen. Tule mukaan! Kurssille on ilmoitettava ennakkoon. Enint. 14 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

ERITYISRYHMIEN LIIKUNTA 830104

RIITTA GRÖNLUND-LOHTAJA

Ma 10.00–10.45 Loimupelto, Kaarlonkatu 5
7.9.–16.11.2026, 11.1.–26.4.2027

Tunteja 10 , 14

20,00 €

Ryhmän tarkoituksena on liikunnan lisääminen arkipäivään osallistujien omien toiveiden mukaan (musiikkiliikuntaa, harjoituksia istuen/seisten, tasapainoilua, koordinaatioharjoituksia, ulkoilua yms). Talvikaudella mukaan tarvitetet sisäliikuntajalkineet.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

HATHAJOOGA 830105

RIITTA MIKKONEN

Ma 17.15–18.45 Kirkkokadun yläkoulu, yläsali, Kirkkokatu 15
7.9.–16.11.2026, 4.1.–15.3.2027

Tunteja 22 , 22

80,00 € (40,00 €, 40,00 €)

Hellitetään kehoon kertyneitä jännityksiä monipuolisilla, rentouttavilla ja turvallisesti rakennetuilla asanoilla. Harjoitellaan kehon ja mielen joustavuutta keskittyneesti omaa vapaana virtaavaa hengitystä kunnioittaen. Vähitellen edetään loppurentoutukseen vastaanottamaan harjoitusta. Sopii kaikille, sekä naisille että miehille, aloittelijoille ja aikaisemmin joogaa harrastaneille. Ota mukaan jooga-alusta ja lämmin, joustava vaatetus. Kurssille on ilmoitettava ennakkoon. Enint. 30 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

HÖLJÄKÄN KUNTOLIIKUNTA 830106

TIINA MERILÄINEN

To 18.15–19.00 Höljäkän Nuorisoseurantalo, Höljäkäntie 82
10.9.–19.11.2026, 14.1.–29.4.2027

Tunteja 10 , 14

50,00 € (25,00 €, 25,00 €)

Tehokasta perusliikuntaa; mm. lihaskuntoa, liikkuvuutta, tasapainoa, kadonneen vyötärön metsästäystä joskus välineiden kera. Askelletaan helpoilla ja lämmittävillä sarjoilla, joka tunnilla lihas-kuntoliikeosio ja venyttelyt, tunti sopii kaikenikäisille perusliikunnasta pitäville. Kurssille on ilmoitettava ennakkoon.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

JOOGAA SENIOREILLE**830107****RIITTA MIKKONEN****Ti 8.30–10.00** Nurmes-talo, Palander-sali, Kötsintie 2**8.9.–17.11.2026, 5.1.–16.3.2027****Tunteja 22 , 22****80,00 € (40,00 €, 40,00 €)**

Energisoiva, lempeän virtaavalla tavalla etenevä jooga senioreille. Harjoitellaan kehon ja mielen joustavuutta, voimaa ja tasapainoa, edetään harjoituksessa keskittyneesti omaa vapaana virtaavaa hengitystä kunnioittaen. Sopii myös aloittelijoille. Ota mukaan lämmin, joustava vaatetus. Kurssille on ilmoitauduttava ennakkoon. Enint. 20 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KEHONHUOLTOTUNTI, SAVIKYLÄ**830108****RIITTA GRÖNLUND-LOHTAJA****Ma 19.30–20.15** Savikylän Maamiesseurantalo,

Savikyläntie 34

7.9.–16.11.2026, 11.1.–26.4.2027**Tunteja 10 , 14****50,00 € (25,00 €, 25,00 €)**

Rauhallinen kehonhuoltotunti, jossa alkulämmittelyjen jälkeen tasapaino-, ja koordinaatioharjoituksia sekä dynaamisia avaavia venyttelyjä oman hengityksen tahdissa. Mukaan tarvitet sisäliikuntavarusteet (joustavat vaatteet, sisäjalkineet) sekä oman jumppa-alustan ja vesipullon. Mikäli kurssilla käytetään välineitä, ne tulevat tarvittaessa opettajan matkassa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KEPPIJUMPPA**830109****TIINA MERILÄINEN****Ke 16.40–17.25** Kirkkokadun yläkoulu, alasali, Kirkkokatu 15**9.9.–18.11.2026, 13.1.–21.4.2027****Tunteja 10 , 14****50,00 € (25,00 €, 25,00 €)**

Tavoitteena vetreyttä ja lihaskuntoa jumppakepin avulla. Lämmittelyt ja venyttelyt mukana. Kaikki liikkeet tehdään seisaaltaan, ovat rytmiltään vaihtelevia, helppoja ja tehokkaita. Tunti sopii kaikille, liikkeet voi soveltaa itselle sopiviksi. Jumppakeppejä on tarjolla, mutta halutessasi voit ottaa oman mukaan. Kurssille on ilmoitauduttava ennakkoon. Enint. 40 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

LAVIS® LAVATANSSIJUMPPA**830110****TIINA MERILÄINEN****To 17.00–17.45** Porokylän koulu, liikuntasali, Mähköntie 19**10.9.–19.11.2026, 14.1.–29.4.2027****Tunteja 10 , 14****50,00 € (25,00 €, 25,00 €)**

Lavis-lavatanssijumppa on hauska, rento, helppo ja hikin liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssin ja jumpan välimuotoon. Tunnilla tanssitaan ja jumpataan tuttujen lavatanssikappaleiden tahtiin yksin, -lajeina mm. humppa, tango, cha-cha, vals si jne.! Kohennetaan kuntoa ja nautitaan hyvästä musiikista. Sopii kaikille, miehille ja naisille, tanssitaidotomille ja -taitoisille. Mukavat tossut/kengät, juomista mukaan ja menoksi! Kurssille on ilmoitauduttava ennakkoon. Enint. 45 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

LIHASKUNTO**830111****TIINA MERILÄINEN****Ke 18.10–18.55** Porokylän koulu, liikuntasali, Mähköntie 19**9.9.–18.11.2026, 13.1.–21.4.2027****Tunteja 10 , 14****50,00 € (25,00 €, 25,00 €)**

Mukavaa ja tehokasta perusliikuntaa keskittyen lihaskuntoon, mukana myös liikkuvuutta, tasapainoa. Askelletaan helpoilla ja lämmittävillä sarjoilla, perään reipas lihaskuntoliikeosio (tuntien sisältö vaihtelee) ja venyttelyt, tunti sopii kaikenikäisille reippaasta liikunnasta pitävälle. Kurssille on ilmoitauduttava ennakkoon. Enint. 45 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

LIPINLAHDEN KUNTOLIIKUNTA**830112****TIINA MERILÄINEN****Pe 17.45–18.30** Haikolan talo, Opistontie 7**11.9.–20.11.2026, 15.1.–7.5.2027****Tunteja 10 , 14****50,00 € (25,00 €, 25,00 €)**

Tehokasta perusliikuntaa; mm. lihaskuntaa, liikkuvuutta, tasapainoa, kadonneen vyötärön metsästystä joskus välineiden kera. Askelletaan helpoilla ja lämmittävillä sarjoilla, joka tunnilla lihaskuntoliikeosio ja venyttelyt, tunti sopii kaikenikäisille perusliikunnasta pitävälle. Kurssille on ilmoitauduttava ennakkoon.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

RENTOUTUSRYHMÄ**830113****MIRVA KORTELAINEN**

Ma 17.00–18.00 Porokylän koulu, liikuntasali, Mähköntie 19
7.9.–23.11.2026, 11.1.–5.4.2027

Tunteja 15 , 15

60,00 € (30,00 €, 30,00 €)

Rentoutumisella voidaan saavuttaa monia positiivisia vaikutuksia; mm. edesauttaa hermoston rauhoittamista ja stressistä palautumista, vaikuttaa positiivisesti uneen, rentouttaa lihaksia, lisää kehoitietoisuutta ja hyvinvointia. Tavoitteena on rentoutuminen, läsnäolo, palautuminen ja stressinhallinta. Tarkoituksena on edetä harjoitteissa askel askeleelta ryhmän tarpeiden mukaan sekä oppia rentoutumisen keinoja/taitoja, joita voi hyödyntää omassa arjessaan. (Alustavat liikkeet, hyvän olon harjoitteet, hengitys-, läsnäolo- ja rentoutusharjoitukset). Kurssilla tarvitaan välineiksi; joogamatto (täysimittainen jumppa-alusta käy myös), matala tyyny tai pari, torkkupeitto, mukavat riittävän lämpimät vaatteet, sillä rentoutuessa tulee usein viileä olo. Kurssille on ilmoitauduttava ennakkoon. Enint. 12 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

REUMALIIKUNTA**830114****TIINA MERILÄINEN**

Ti 15.00–15.45 Nurmeskoti, Esantie 3
8.9.–17.11.2026, 12.1.–20.4.2027

Tunteja 10 , 14

50,00 € (25,00 €, 25,00 €)

Kuntouttavaa ja iloista jumppaa tuolilla sekä siihen tukeutuen venyttelyineen kunnon ja ryhdin ylläpitämiseksi joskus sopivia välineitä käyttäen.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

SALMENKYLÄN KUNTOLIIKUNTA**830115****TIINA MERILÄINEN**

Ma 17.35–18.20 Salmenkylän liikuntasali, Salmenkyläntie 81
7.9.–16.11.2026, 11.1.–26.4.2027

Tunteja 10 , 14

50,00 € (25,00 €, 25,00 €)

Tehokasta perusliikuntaa; mm. lihaskuntoa, liikkuvuutta, tasapainoa, kadonneen vyötärön metsästystä joskus välineiden kera. Askelletaan helpoilla ja lämmittävillä sarjoilla, joka tunnilla lihas-kuntoliikeosio ja venyttelyt, tunti sopii kaikenikäisille perusliikunnasta pitäville. Kurssille on ilmoitauduttava ennakkoon.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

SAVIKYLÄN KUNTOLIIKUNTA**830116****TIINA MERILÄINEN**

Ma 18.45–19.30 Savikylän Maamiesseurantalo,
Savikyläntie 34

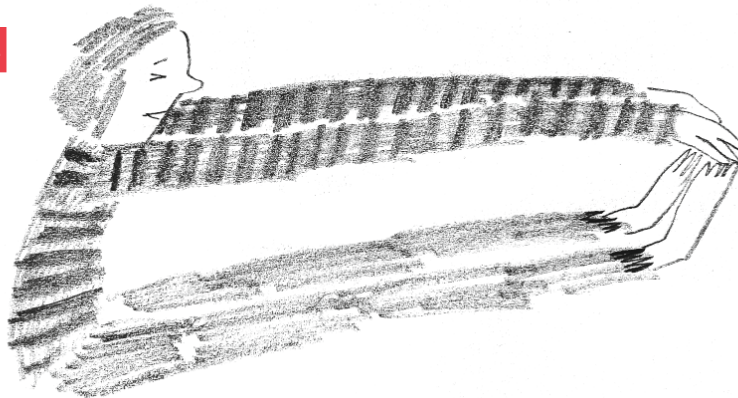
7.9.–16.11.2026, 11.1.–26.4.2027

Tunteja 10 , 14

50,00 € (25,00 €, 25,00 €)

Tehokasta perusliikuntaa; mm. lihaskuntoa, liikkuvuutta, tasapainoa, kadonneen vyötärön metsästystä joskus välineiden kera. Askelletaan helpoilla ja lämmittävillä sarjoilla, joka tunnilla lihas-kuntoliikeosio ja venyttelyt, tunti sopii kaikenikäisille perusliikunnasta pitäville. Kurssille on ilmoitauduttava ennakkoon.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

**SYVÄVENYTTÄVÄ JOOGA****830117****RIITTA MIKKONEN**

Ti 12.00–13.00 Nurmes-talo, Palander-sali, Kötsintie 2
8.9.–17.11.2026, 5.1.–16.3.2027

Tunteja 15 , 15

60,00 € (30,00 €, 30,00 €)

Pitkät, lempeät venytykset rauhoittavat syvällä kehossa ja mielessä. Harjoitus lisää kehon liikkuvuutta, rentouttaa ja energisoi. Rauhallisesti etenevä, meditatiivinen harjoitus. Palauttavaa ja uudistavaa joogaa. Sopii kaikille. Lämmin, joustava vaatetus. Kurssille on ilmoitauduttava ennakkoon. Enint. 20 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

TRE®-STRESSINPURKULIIKKEET, ALOITUSKURSSI**830118****PIRKKO OLANTERÄ**

La 10.00–13.00 Nurmes-talo, Palander-Sali ja Kaikki mukaan huone, Kötsintie 2

24.10.2026

Tunteja 4

20,00 € (Kurssille ei käy kausi- eikä perhekortti)

TRE on yksinkertainen ja helposti omaksuttava itsehoitomenetelmä. TRE-stressinpurkuliikkeiden avulla käynnistetään lihasten luonnollinen vapina tai värinä, joka purkaa lempeästi mutta samalla vaikuttavasti jännitteitä kehosta ja mielestä. Kurssi soveltuu kaikille yli 18-vuotiaille aikuisille, jotka kykenevät perustasoiseen liikkumiseen. Liikkeet ovat myös jonkin verran muokattavissa liikerajoitteisille. Huom. suosittelemme keskustelemaan menetelmän soveltuvuudesta lääkärin tai muun sinua hoitavan tahon kanssa ennen harjoittelun aloittamista, mikäli sinulla on merkittäviä fyysisiä tai psyykkisiä vaivoja. Menetelmää ei myöskään suositella raskaana oleville. Lisätietoja TRE®:stä löytyy myös sivustolta trefinland.fi. Jos menetelmän soveltuvuus itsellesi mietityttää, voit ottaa yhteyttä kurssin vetäjään sähköpostitse info@hmpirkkoo.fi tai 045 1219901 (tekstiviesti tavoittaa parhaiten).

Varustus: rennot, väljät vaatteet, mahdollisuus olla myös paljain jaloin tai liukumattomilla sukilla/ tossuilla, jump-pamatto tms, vesipullo, halutessasi pieni tyyny ja viltti rentoutusvaihetta varten. Voit ottaa mukaasi pientä välipalaa esim. hedelmä, pähkinöitä ja rusinoita, tummaa suklaata yms. Pidämme välipalatauon soveltuvassa kohdassa. Kurssin vetäjältä on mahdollisuus ostaa 10 e. maksava opasvihkonen tukemaan itsenäistä jatkoharjoittelua kotona. Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon. Enint. 9 opiskelijaa. Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

VOIMAJOOGA**830119****RIITTA MIKKONEN**

Ti 11.00–12.00 Nurmes-talo, Palander-sali, Kötsintie 2

8.9.–17.11.2026, 5.1.–16.3.2027

Tunteja 15 , 15

60,00 € (30,00 €, 30,00 €)

Haasteita kaipaaville, voimakkaita klassisen joogan perusliikkeitä, mm. aurinkotervehdyksen eri muotoja, seisten, makuu- ja istumaharjoituksia. Sopii sekä aloittelijoille että aikaisemmin joogaa harrastaneille. Lämmin, joustava vaatetus. Kurssille on ilmoitauduttava ennakoon. Enint. 20 opiskelijaa. Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

TESTIKURSSI ILMOITTAUTUMISEEN**99999**

TÄMÄ ON HARJOITUSKURSSI. Tällä testikurssilla voit harjoitella Ylä-Karjalan kansalaisopiston kursseille ilmoittautumista.



KURSSITARJONTA VALTIMOLLA

musiikki



KUVATAIDE

MUSIIKKIPAJA, KOTIHARJU 110119

TIINA KÖNTTÄ

To 12.45–13.30 Aspa-koti Kotiharju, Sepänkatu 7

11.9.–20.11.2026, 15.1.–30.4.2027

Tunteja 10 , 14

20,00 €

Musiikkipajassa lauletaan ja soitetaan yhdessä hyvässä seurassa ja iloisella mielellä, tehdään yhteistoiminnallisia harjoituksia, kerrotaan tarinoita ja kuunnellaan musiikkia. Tavoitteena on aktivoida Aspa-kodin asukkaita musiikin keinoin virikkeellisellä toiminnalla.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

PIANO TAI LAULU 110120

TIINA KÖNTTÄ

To 14.45–17.45 Kuntalaisten Talo, juhlasali, Kunnantie 1

10.9.–3.12.2026, 14.1.–29.4.2027

Tunteja 48 , 60

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Kiinnostaako sinua pianonsoitto, oman laulusi säestäminen pianolla tai pelkästään yksinlaulu vapaalla äänenmuodotuksella? Jos vastasit kyllä, silloin tämä kurssi on tarkoitettu juuri sinulle. Kurssilla jokainen voi valita oman kiinnostuksen kohteensa näistä vaihtoehdoista ja lähteä harjoittelemaan tätä taitoa. Kurssille on ilmoittauduttava ennakoon. Enint. 10 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

SYKE-KUORO 110121

TIINA KÖNTTÄ

To 18.00–19.30 Kuntalaisten Talo, juhlasali, Kunnantie 1

10.9.–3.12.2026, 14.1.–29.4.2027

Tunteja 24 , 30

80,00 € (40,00 €, 40,00 €)

Kuoro laulamista innostuneille naisille. Kurssi on tarkoitettu jatkaville opiskelijoille, mutta mukaan otetaan myös uusia laulajia. Kuoro laulaa moniäänisesti monipuolista musiikkia ilman ennakkoluuloja ja musiikillisia rajoitteita. Kuoro tekee myös esiintymisiä. Tavoitteena on oppia laulamisen perusteita, äänissälaulamista, esiintymistä sekä yhdessä toimimista ryhmässä. Kurssille on ilmoittauduttava ennakoon. Enint. 20 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

ERITYISRYHMIEN KUVATAIDE 110311

ANITTA LUKKARINEN

To 16.30–18.00 Aspa-koti Kotiharju, Sepänkatu 7

10.9.–3.12.2026, 7.1.–29.4.2027, joka 2. vko, parittomat vkot.

Tunteja 14 , 18

20,00 €

Kuvan tekemistä erilaisilla tekniikoilla ja välineillä, toiveiden mukaan. Mm. piirtämistä, maalaamista ja muovailua.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

LUOVA TOIMINTA 110312

ANITTA LUKKARINEN

To 16.30–18.00 Aspa-koti Kotiharju, Sepänkatu 7

17.9.–10.12.2026, 14.1.–13.5.2027, joka 2. viikko,

parilliset viikot.

Tunteja 14 , 18

20,00 €

Kädentaitoja luovasti eri materiaaleista.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KÄDENTAIIDOT

ENTISÖINTI JA PUUTYÖT 110419

HANNA HARJU

Ke 17.00–20.15 Valtimon koulu, tekn.työn lk. 34, Opinkuja 2

7.10.–2.12.2026, 13.1.–3.3.2027

Tunteja 32 , 32

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Kurssilla korjataan puisia huonekaluja ja niiden pintakäsittelyjä ja verhoiluja sekä valmistetaan esineitä puusta. Voit tarvita omia työkaluja, kuten puukko, sivuleikkurit/nupinpoistaja, sikli, hiomapaperit. Tarvitset myös hengityssuojainta ja työ/suojahanskoja. Säilytystilat koululla ovat vähäiset, ei isoja esineitä, kuten sohvia. Puutyöntekijät hankkivat materiaalit itse, opettaja voi auttaa sopivien entisöinti- ja verhoilumateriaalien hankinnassa. Ota projektisi mukaan jo ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Kurssille on ilmoittauduttava ennakoon. Enint. 10 opiskelijaa. Valtimon koulun puutyöluokkaan tullaan takaovesta paloaseman kulmasta!

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KANKAANKUDONTA JA KÄSITYÖPAJA**110420****RIITTA MOHELL**

Ke 10.00–13.00 Valtimon koulu, kudonnan työtöila, Sepänkatu 8
16.9.–25.11.2026, 13.1.–7.4.2027

Tunteja 40 , 48

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Opi kudontaa loimien suunnittelusta ja rakentamisesta valmiiksi tekstiiliksi. Kurssille osallistuminen ei vaadi aiempaa kokemusta kankaankudonnasta. Mahdollisuus kutoa myös tuntien ulkopuolella. Vaihtoehtoisesti erilaisia käsityötekniikoita toiveiden mukaan, esim. loimimaalaus, oksanhankakudonta tai mosaiikki. Kurssille on ilmoittauduttava ennakoon. Enint. 12 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KERAMIKKAKURSSI**110421****PAULA HÄRMÄ**

Ke 17.00–20.00 Valtimon koulu, kuvaamataidon lk. 32,
Sepänkatu 8

2.9.–9.12.2026, 13.1.–5.5.2027

Tunteja 28 , 32

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Parilliset keskiviikot klo 17.00 – 20.00 2.9.– 9.12.2026, 13.1.– 5.5.2027. Tutustumme saven kiehtovaan maailmaan ja valmistamme kivitavarasavesta koriste- ja käyttöesineitä erilaisia käsinrakennustekniikoita soveltaen. Tutustumme myös koristelu- ja lasitustekniikoihin. Materiaali- ja polttomaksu käytön mukaan. Materiaalit saa ostettua opettajalta. Kurssilla poltetaan vain kurssilla tehtyjä töitä. Sopii myös vasta-alkajille. Kurssi pidetään syyslukukaudella parillisilla viikoilla keskiviikkoisin alkaen 2.9.2026 ja kevätlukukaudella parillisilla viikoilla keskiviikkoisin alkaen 13.1.2027. Kurssille on ilmoittauduttava ennakoon. Enint. 8 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

TANSSI

**LAVATANSSI, ALKEET, KARHUNPÄÄ****110509****MERJA LUKKARI**

Ma 18.30–20.00 Karhunpään kylätalo, Neitivirrantie 35
7.9.–7.12.2026, 11.1.–19.4.2027

Tunteja 28 , 28

90,00 € (45,00 €, 45,00 €)

Kurssi sopii erinomaisesti vasta-alkajille tai henkilöille jotka haluavat kerrata tanssin perusaskeleet /perusteet. Tanssimme saman tanssin kaksi- kolme kertaa riippuen tanssista. Harjoitellaan kehon kannatusta, peruskuvioita, haetaan oikeaa rytmää. Opetellaan viemisen ja seuraamisen perusteita. Kurssilla harjoitellaan myös argentiinalaisen tangon perusteita, liikeliikettä ja tekniikkaa. Aiempaa tanssitaustaa tai lajikokemusta ei tarvita. Voit olla aloittelija tai jonkin verran lajia harrastanut. Argentiinalaista tangoa ohjaa Vuokko Ikonen. Ota mukaan tanssiin sopivat kengät ja juomapullo.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

LATINOBI**110510****TEIJA KARPPINEN**

Ti 19.00–19.45 Valtimotalo, Sepänkatu 9
29.9.–8.12.2026, 12.1.–20.4.2027

Tunteja 10 , 14

50,00 € (25,00 €, 25,00 €)

Latinobic on lempeä ja tehokas soolotanssitunti, jossa musiikki vie mukanaan ja keho saa harjoitusta. Helpot askelsarjat, lattareiden ja suomalaisten tanssien rytmit yhdistyvät rennon hauskaksi tanssitreeniksi. Luvassa on iloa, hymyä ja onnistumisen elämyksiä. Latinobic sopii kaikille.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

LIIKUNTA



KIERTOHarjoittelu Senioreille, Alkeet 830120

MANTA PENTTONEN

Ti 11.30–12.15 Kunto-Kastelli, Urheilukuja 3

8.9.–17.11.2026, 5.1.–13.4.2027

Tunteja 10 , 14

20,00 €

Monipuolinen ja energinen tunti, jossa harjoitellaan koko kehoa erilaisilla pisteillä. Harjoitukset kehittävät lihasvoimaa, tasapainoa ja liikkuvuutta, sekä arjessa jaksamista turvallisesti ja hyvässä ilmapiirissä. Tunti sopii kaiken tasoisille liikkujille. Ota mukaan rennot vaatteet, sisäkengät, juomapullo ja pieni pyyhe. Kurssille on ilmoitaututtava ennakoon. Enint. 13 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

KIERTOHarjoittelu Senioreille, Jatko 830121

MANTA PENTTONEN

Ti 12.30–13.15 Kunto-Kastelli, Urheilukuja 3

8.9.–17.11.2026, 5.1.–13.4.2027

Tunteja 10 , 14

20,00 €

Monipuolinen ja energinen tunti, jossa harjoitellaan koko kehoa erilaisilla pisteillä. Harjoitukset kehittävät lihasvoimaa, tasapainoa ja liikkuvuutta, sekä arjessa jaksamista turvallisesti ja hyvässä ilmapiirissä. Tunti sopii henkilöille jotka ovat jo liikkuneet aiemmin monipuolisesti tai käyneet aiemmin saliharjoittelua. Ota mukaan rennot vaatteet, sisäkengät, juomapullo ja pieni pyyhe. Kurssille on ilmoitaututtava ennakoon. Enint. 13 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

LAVIS® LAVATANSSIJUMPPA 830122

TIINA MERILÄINEN

Ti 18.30–19.15 Valtimotalo, Sepänkatu 9

8.9.–17.11.2026, 12.1.–20.4.2027

Tunteja 10 , 14

50,00 € (25,00 €, 25,00 €)

Lavis-lavatanssijumppa on hauska, rento, helppo ja hikinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssin ja jumpan välimuotoon. Tunnilla tanssitaan ja jumpataan tuttujen lavatanssikappaleiden tahtiin yksin, - lajeina mm. humppa, tango, cha-cha, valssi jne.! Kohennetaan kuntoa ja nautitaan hyvästä musiikista. Sopii kaikille, miehille ja naisille, tanssitaidotomille ja -taitoisille. Mukavat tossut/kengät, juomista mukaan ja menoksi!

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

LIIKKUVAT SENIORIT

830123

MANTA PENTTONEN

To 14.30–15.15 Valtimotalo, Sepänkatu 9

10.9.–19.11.2026, 7.1.–15.4.2027

Tunteja 10 , 14

20,00 €

Iloinen ja monipuolinen ryhmä senioreille, jossa tutustutaan erilaisiin liikuntamuotoihin ja nautitaan yhdessä liikkumisen ilosta. Tunnit suunnitellaan yleisön toiveesta. Voidaan kokeilla esim. tasapaino-, lihaskunto-, liikkuvuus-, kehonhuolto-, rentoutusharjoituksia ja retkeilyä, sekä erilaisia pelejä ja toiminnallisia harjoituksia. Harjoitukset tehdään jokaisen oma taso huomioon ottaen turvallisesti ja rennossa ilmapiirissä. Ota mukaan rennot vaatteet, kengät tai tossut. Kurssille on ilmoitaututtava ennakoon. Enint. 25 opiskelijaa.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

VALTIMON LIHASKUNTO

830124

TIINA MERILÄINEN

Ti 17.30–18.15 Valtimotalo, Sepänkatu 9

8.9.–17.11.2026, 12.1.–20.4.2027

Tunteja 10 , 14

50,00 € (25,00 €, 25,00 €)

Mukavaa ja tehokasta perusliikuntaa keskittyen lihaskuntoon, mukana myös liikkuvuutta, tasapainoa. Askelletaan helpoilla ja lämmitävillä sarjoilla, perään reipas lihaskuntoliikeosio (tuntien sisältö vaihtelee) ja venyttelyt, tunti sopii kaikenikäisille reippaasta liikunnasta pitävälle.

Ilmoittautuminen alkaa 11.8.2026 9.00

TESTIKURSSI ILMOITTAUTUMISEEN

999999

Opiston toimisto, Kötsintie 2

TÄMÄ ON HARJOITUSKURSSI. Tällä testikurssilla voit harjoitella Ylä-Karjalan kansalaisopiston kursseille ilmoittautumista.

