

SOMERO OPISTO



KEVÄT 2019

Kursseille ilmoittautuminen

Kaikille kurseille tulee ilmoittautua ennakoon puhelimitse tai internetissä. Kummallakin ilmoittautumistavalla opiskelijat kirjautuvat samaan tietokantaan.

Ilmoittaudu keskiviikkona 2.1.2019 klo 17.30 alkaen.

Voit ilmoittautua myös myöhemmin, kuitenkin pääsääntöisesti viimeistään viikkoa ennen kurssin alkamista. Poikkeuksista on maininta kurssin tiedoissa.

PUHELINILMOITTAUTUMISET

Puhelinilmoittautumisia otetaan vastaan tiistaina 2.1.2019 klo 17.30–19 alla mainituissa puhelinnumeroissa.

044 779 1270 koulutuskoordinaattori

044 779 1271 asiakaspalvelusihteeri

044 779 1273 suunnittelijaopettaja

050 305 5017 Kosken yhdyshenkilö

Ensimmäisen ilmoittautumisviikon jälkeen puhelinilmoittautumiset ensisijassa asiakaspalvelusihteerille, 3.–4.1.2019 aamupäivisin ja sen jälkeen maanantaista torstaihin klo 15–19.30.

Kosken yhdyshenkilö Pirkko Kesälä ottaa ilmoittautumisia lähinnä Kosken kurseille. Hänelle voi ilmoittautua puhelimitse myös iltaisin ja viikonloppuisin.

INTERNET-ILMOITTAUTUMISET

Kursseille voi ilmoittautua internetissä tiistaina 2.1.2019 klo 17.30 alkaen ja sen jälkeen joka päivä kaikkina vuorokaudenaikoina.

Tutustu ilmoittautumispalveluun huolellisesti ja lue ohjeet tarkasti. Valitse sinua kiinnostavat kurssit jo etukäteen opinto-oppaasta tai opiston internetsivuilta osoitteesta **www.somero-opisto.fi**

Löydät ilmoittautumissivuston osoitteesta

www.opistopalvelut.fi/somero

Voit halutessasi harjoitella ilmoittautumista myös etukäteen ilmoittautumalla kurssille

000001 ILMOITTAUTUMISEN HARJOITTELU

Ongelmatapauksissa ota yhteys asiakaspalvelusihteriin tai koulutuskoordinaattoriin.

SISÄLLYSLUETTELO

KURSSEILLE ILMOITTAUTUMINEN	2
REHTORIN TERVEHDYS	4
YHTEYSTIEDOT	5
HYVÄ TIETÄÄ	6

SOMERO	11
LASTEN JA NUORTEN KURSSIT	11
LUENNOT	14
IHMINEN JA YHTEISKUNTA	15
KIELET	17
MUSIIKKI	17
KUVATAIDE- JA LUOVA ILMAISU	18
KÄDENTÄIDOT	19
TIETOTEKNIikka	21
HYVINVOINTI JA LIIKUNTA	22
PUUTARHANHOITO	24
RUOANVALMISTUS	25

KOSKI	27
IHMINEN JA YHTEISKUNTA	27
KIELET	27
MUSIIKKI	27
KUVATAIDE	28
TANSSI JA SIRKUS	28
KÄDENTÄIDOT	28
TIETOTEKNIikka	29
LIIKUNTA JA HYVINVOINTI	29
RUOANVALMISTUS	30
PUUTARHANHOITO	31



Toimitus
Valokuvat

Riitta Ryhtä ja Anne Turkulainen
Opiston henkilökunta, Meri Vilen (s. 11) ja Pixabay

Taitto
Painopaikka

Riitta Ryhtä
Sälekarin kirjapaino Oy

Liity onnellisten oppijoiden joukkoon!

Rehtorin terveiset

Maailma muuttuu. Miten Somero-opiston tulisi muuttua? Mikä on ylipäänsä vapaan sivistystyön tulevaisuus? Voisiko kansalaisopisto luoda positiivisia tulevaisuuskuvia – saada ihmiset ajattelemaan, miten rakennamme paremman tulevaisuuden? Näiden kysymysten äärellä olemme tulevana toimintakautena Somero-opistossa, kun valmistelemme uutta opiston kehittämissuunnitelmaa.

Tulevaisuustutkija Ilkka Halavan mukaan suomalaisten vapaa-aika lisääntyy merkittävästi vuoteen 2030 mennessä. Tulevaisuuskuva huomioiden kansalaisopistojen tulee varautua kasvuun. Myös digitaalisuuden myötä ihmisten fyysisen kohtaamisen merkitys nousee huomattavasti. Kansalaisopistojen rooli kuntalaisten kohtaamispaikkoina korostuu entisestään.

Dialogi kuntalaisten kanssa on tärkeää niin opiston kehittämistyössä kuin lukuvuosien suunnittelussa. Ensi kevään ohjelmaa on rakennettu ja uudistettu kuntalaisten toiveita kuunnellen. Tarjolla on uutuuksina muun muassa erilaisia ruokakursseja, hyvinvointikursseja, kädentaidon kursseja sekä lapsille ja nuorille suunnattuja kursseja. Voit päästä esimerkiksi makumatkalle Japaniin, opetella ukulelen soittoa, geokätköillä... Löydä oma mielenkiintoinen juttusi ja inspiroidu!

Oppimisen iloa kaikille uusille ja vanhoille opiskelijoillemme kevätlukukaudella 2019!

Minna Mäkelä-Rönholm
Somero-opiston rehtori, sivistysjohtaja



Opiston väki asettui yhteiskuvaan Kiiruun koulukeskuksen toiseen kerrokseen vieville portaille syksyn 2018 opettajainkokouksessa.

Kuvassa näkyy myös osa taiteilija Antti Laitisen teoksesta *Salix caprea*.

Yhteystiedot

TOIMISTO

Toimisto sijaitsee Kiiruun koulukeskuksessa.

Osoite: Kiiruuntie 4, 31400 SOMERO

Sähköpostiosoite: somero-opisto@somero.fi

Koulutuskoordinaattori työskentelee koulukeskuksessa varmimmin maanantaista perjantaihin klo 9–15 ja asiakaspalvelusihteeri kurssi-iltoina klo 17–19.30 ja opistokauden ulkouolella klo 9–12. Sovi tapaamisaika puhelimitse etukäteen ja/tai soita ovelta. Koulukeskuksen ovet ovat lukossa.

TOIMIPAIKAT SOMEROLLA

Kiiruun koulukeskus, Kiiruuntie 4 (päätoimipaikka)

Joensuun koulun teknisen työn tilat, Heikintie 35

Kirkonmäen koulu, Kirkkotie 5

Lamminniemen hyvinvointikeskus, Jänistie 1

Majatalo Myötätuuli, Hämeenojantie 32

Oinasjärven koulu, Helsingintie 2103

Pellavakeskus, Joensuuntie 49

SoLu:n kudontatila, Myllypellontie 10 E

Toukola, Terttiläntie 736

Toimintakeskus, Leivontie 5

TOIMIPAIKAT KOSKELLA

Kirjasto – Koskisali, Hämeentie 12

Koulukeskus ja liikuntahalli, Lampitie 3

Talolan koulu, Arkkilantie 2

HENKILÖKUNTA

Rehtori, sivistysjohtaja Minna Mäkelä-Rönholm

Johto, hallinto ja kehittäminen.

Puh. 044 779 1230.

minna.makela-ronnholm@somero.fi

Koulutuskoordinaattori Riitta Ryhtä

Suunnittelu, viestintä, markkinointi ja koordinaatio.

Someron kaupungin hyvinvointikoordinaattori.

Sovi tapaamisesta puhelimitse.

Puh. 044 779 1270.

riitta.ryhta@somero.fi

Suunnitteliopettaja Anne Turkulainen

Taiteen perusopetuksen sekä kuvataide- ja kädentaitokurssien opetus, suunnittelu ja kehittäminen.

Sovi tapaamisesta puhelimitse.

Puh. 044 779 1273.

anne.turkulainen@somero.fi

Asiakaspalvelusihteeri Tiina Jankama

Asiakaspalvelu ja vahtimestaritehtävät.

Tavattavissa Kiiruun koulukeskuksessa maanantaista

torstaihin klo 15–19.30 ja opistokauden ulkopuolella

maanantaista perjantaihin klo 9–12.

Puh. 044 779 1271.

tiina.jankama@somero.fi

Kosken yhdyshenkilö Pirkko Kesälä

Puh. 050 305 5017.

pirkko.kesala@somero.fi

Hyvä tietää

OPISKELUOIKEUS

Kurssit ovat avoimia kaikille iästä ja koulutus pohjasta riippumatta. Useimmat kurssit on suunnattu lähinnä aikuisille. Lapsille suunnattujen kurssien kohdalla on maininta suosituskäyristä.

TYÖVUOSI JA LOMAT

Opetusta järjestetään ympäri vuoden. Pääosa opetuksesta tapahtuu kuitenkin seuraavina aikoina:

Kevätlukukausi 7.1.–28.4.2019

Kevätkauden uudet kurssit alkavat viikolla 3 tai sen jälkeen. Kunkin kurssin kohdalla on maininta alkamis- ja päättämispäivistä. Syksyllä alkaneiden kurssien kokoon-tumisaajat löytyvät opiston verkkosivuilta ja syksyn opin-to-oppaasta.

Talvilomaviikko 18.–24.2.2019 (vk 8)

Talvilomaviikolla ei pääsääntöisesti järjestetä opetusta. Kurssit eivät kokoonnu myöskään kirkollisina juhlapäivi-nä ja vapunpäivänä, eivätkä useimmiten myöskään aat-topäivinä. Jos olet epävarma kurssisi kokoon-tumisesta, varmista asia opettajalta tai asiakaspalvelusihteeriltä.

OPINTORYHMÄN KOKO

Normaalina ryhmäopetuksena toteutettava kurssi alkaa, kun sille on ennakkoilmoittautumisaajan loputtua ilmoit-tautunut vähintään kahdeksan opiskelijaa. Poikkeukse-na ovat yksilö- tai pienryhmäopetuksena järjestettävät kurssit.

KURSSEILLE ILMOITTAUTUMINEN

Kursseille tulee ilmoittautua yleensä viimeistään viikkoa ennen ensimmäistä kokoontumiskertaa internetis-sä tai puhelimitse (ks. s. 2). Poikkeuksista on maininta kurssin tiedoissa. Myöhemminkin kannattaa tiedustel-la vapaita opiskelupaikkoja, mutta ilmoittautumisaajan päättämisaikojen opiskeijämäärä ratkaisee kurssin aloittamisen tai peruuntumisen.

Joillekin kursseille voidaan ottaa opiskelijoita vielä kurssin alettua. Vapaita paikkoja voi kysyä asiakaspalve-lusihteeriltä. Taiteen perusopetuksen vapaista oppilas-paikoista saa tietoa suunnittelijaopettajalta.

Sekä internetissä että puhelimitse ilmoittauduttaessa jokaisesta opiskelijasta tarvitaan seuraavat tiedot:

- nimi
- henkilötunnus
- osoite
- puhelinnumero
- sähköpostiosoite, jos on
- koulutustausta
- toiminta

Alle 18-vuotiaitten opiskelijoiden huoltajista tarvitaan lisäksi seuraavat tiedot kurssimaksun laskutusta varten:

- nimi
- henkilötunnus
- osoite
- puhelinnumero

Jos kurssimaksun maksaa työnantaja tai yhdistys, tulee laskutustiedot ilmoittaa täydellisinä sisältäen Y-tun-nuksen.

KURSSIPAikkojen täyttäminen

Kurssipaikat täytetään pääsääntöisesti ilmoittautumis-järjestyksessä.

Kurssipaikan saaneille ei yleensä lähetetä vahvistuskirjettä, tekstiviestiä tai muuta informaatiota ennen kurssin alkua. Pääsääntöisesti opiskelijan tulee muistaa itse kurssit, joille on ilmoittautunut.

KURSSIN PERUUNTUMINEN

Mikäli kurssille ei ilmoiteta riittävästi opiskelijoita, se peruuntuu. Kurssin peruuntumisesta ilmoitetaan aina ilmoittautuneille tekstiviestitse tai puhelimitse.

ILMOITTAUTUMISEN PERUUTUS

Mikäli kurssille ilmoittautunut henkilö ei aio osallistua kurssille, tulee hänen peruuttaa ilmoittautumisensa viipymättä, viimeistään viikon kuluessa kurssin alkamisesta. Näin vapaaksi jäävälle opiskelupaikalle voidaan kutsua toinen henkilö.

Pitkille, vähintään kolme kertaa kokoontuville, kursseille voi käydä tutustumassa maksutta yhden kerran. Mikäli opiskelija ei halua jatkaa opiskelua kyseisellä kurssilla, hänen tulee ilmoittaa keskeytyksestä viikon kuluessa kurssin alkamisesta.

Peruutus- ja keskeytysilmoitukset tulee tehdä mieluiten sähköpostitse osoitteeseen somero-opisto@somero.fi tai asiakaspalvelusihteerille puh. 044 7791 271. Opet-tajalle kerrottu keskeytysilmoitus ei riitä.

Kurssimaksu laskutetaan kaikilta kursseille ilmoittautu-neilta opiskelijoilta, jotka eivät ole peruuttaneet osallis-tumistaan tai ilmoittaneet keskeytyksestä edellä esite-tyllä tavalla.

PERUUTUSPAIKAN VASTAANOTTO

Joillekin kursseille ilmoittautuu opiskelijoita enemmän kuin mahtuu. Kurssin ulkopuolelle jääneet saavat jonotuspaikan ja jäävät odottamaan mahdollista peruutuk-sen myötä vapautuvaa paikkaa kurssilla.

Vapautuneista opiskelupaikoista ilmoitetaan yleensä tekstiviestillä, jonka saatuaan opiskelijan pitää vielä vahvistaa tai peruuttaa osallistumisensa vastaamalla viestiin tai soittamalla viestin lähettäjälle.

HENKILÖREKISTERIT

Ilmoittautumisen yhteydessä kerätään henkilötietoja opiskelijoiden identifiointia sekä kurssimaksujen laskutusta ja tilastointia varten. Henkilötunnus tarvitaan laskutuksessa. Tiedot muodostavat sähköisen henkilö-rekisterin. Tietosuojaseloste on luettavissa opiston verk-sosivuilla.

Opiston hallussa olevia opiskelijoiden henkilötietoja käsitellään laissa määriteltyjen yleisten periaatteiden mukaisesti, eikä tietoja anneta ulkopuolisille. Myöskään tuntiopettajien yhteystietoja ei anneta opiskelijoille.

KURSSI- JA LUENTOMAKSUT

Kurssit ja luennot ovat yleensä maksullisia. Maksut perustuvat Someron kaupungin sivistyslautakunnan 12.6.2018 tekemään päätökseen. Maksuista on maininta kunkin kurssin ja luennon kohdalla.

Kurssimaksut laskutetaan kaikilta ilmoittautuneilta, jotka eivät ole peruuttaneet osallistumisestaan viimeistään viikon kuluessa kurssin alkamisesta. Lasku lähetetään siihen osoitteeseen, jonka opiskelija on antanut ilmoit-tautuessaan. Alaikäisten kurssimaksulaskut osoitetaan huoltajalle. Maksuja ei palauteta kurssin keskeytyessä.

Luentomaksut peritään käteisenä luentotilaisuuden alussa. Ei korttimaksuja.

TYÖTTÖMÄN ALENNUS

Sivistyslautakunnan kurssimaksupäätöksen mukaisesti kaikki TE-toimistoon työttömäksi työnhakijaksi ilmoittautuneet opiskelijat saavat 50 %:n alennuksen kaikista kurssimaksuista. Alennus ei koske luentomaksuja.

Alennuksen saamisen edellytyksenä on, että sitä haetaan joko

- valitsemalla verkossa ilmoittautumisen yhteydessä Maksutapa-valikosta kohta "Haen työttömän alennusta" tai
- kertomalla puhelimitse ilmoittautuessaan olevansa työtön tai
- sähköpostitse somero-opisto@somero.fi tai puhelimitse 044 7791 271 viikon kuluessa kyseisen kurssin alkamisesta.

Alennusta tulee hakea jokaisesta kurssista erikseen, eikä sitä myönnetä sen jälkeen kun kurssimaksu on laskutettu.

OPINTOSETELIALENNUS

Opetusministeriön tukemana maahanmuuttajilla ja eläkeläisillä on mahdollisuus saada 20 euron alennus yhdestä kurssista, mikäli yhden tai useamman kurssin yhteenlasketut kurssimaksut ovat lukuvuoden 2018–2019 aikana vähintään 70 euroa.

Alennuksen saaminen edellyttää, että sitä haetaan joko

- valitsemalla verkossa ilmoittautumisen yhteydessä Opintosevelianomus-valikosta omaan tilanteeseen sopiva vaihtoehto tai
- sähköpostitse somero-opisto@somero.fi tai puhelimitse 044 7791 271 viikon kuluessa kyseisen kurssin alkamisesta.

Alennusta tulee hakea jokaisesta kurssista erikseen, eikä sitä myönnetä jos kurssimaksu on laskutettu.

LIIKUNTA- JA KULTTUURISETELIT SEKÄ EPASSI

Liikunta- ja kulttuurikursseja voi maksaa Smartumin Liikunta- ja Kulttuuriseteleillä, mobiilimaksulla sekä ePassilla (Sporttipassi ja Kulttuuripassi). Liikunta-, tanssi- ja joogakurssien maksamiseen voi käyttää myös Smartumin Liikuntaseteleitä.

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

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

Opiston internetsivuilla on luettelo kursseista, joiden kurssimaksuihin voidaan käyttää edellä mainittuja maksuvälineitä.



MAKSUOHJEITA

Smartumin Liikunta- ja Kulttuurisetelit

Mikäli maksat kurssin Smartumin liikunta- tai kulttuuriseteleillä tai mobiilimaksuna, on koko kurssimaksu maksettava viikon kuluessa kurssin alkamisesta. Setelit toimivat käteisen rahan tapaan, jolloin osa maksusta voidaan maksaa seteleillä ja osa käteisenä.

Ota yhteyttä asiakaspalvelusihteeriin, jos haluat maksaa kurssimaksusi Smartumin Liikunta- ja Kulttuuriseteleillä.

ePassi (SporttiPassi ja KulttuuriPassi)

ePassi on sähköinen maksuväline, jolla maksu suoritetaan pääsääntöisesti verkkomaksuna kurssille internetissä ilmoittauduttaessa. ePassin verkkomaksua käytettäessä tulee koko maksu suorittaa kerralla.

Mikäli et ole suorittanut kurssimaksua verkkomaksuna ilmoittautuessasi, mutta haluaa kuitenkin maksaa kurssin ePassilla, tai haluat maksaa sillä vain osan maksusta, tulee sinun ottaa yhteyttä asiakaspalvelusihteeriin viikon kuluessa kurssin alkamisesta.

Kurssin peruuntuessa ennakoon suoritettut maksut palautetaan opiskelijan ePassi-tilille ilman eri pyyntöä.

LISÄTIETOJA

- asiakaspalvelusihteeri p. 044 779 1271
- www.somero-opisto.fi
- www.vero.fi
- www.smartum.fi
- www.epassi.fi

OPISKELUMATERIAALIT

Kursseilla tarvittavat materiaalit ja kirjat opiskelijat hankkivat omalla kustannuksellaan. Kohtuullinen määrä opettajien jakamia kopioita sisältyy kurssimaksuun. Muista opiskelijoiden pyytämistä kopioista peritään omakustannushinta 0,20 e/kpl.

OPETUSTILAT

Pääosa Somerolla kokoontuvista kursseista kokoontuu Kiiruun koulukeskuksessa, joka sijaitsee Kiiruun kampusalueella lähellä uimahallia, kirjastoa, Kiiruun tilaa, kaupungintaltoa ja urheilukenttää osoitteessa Kiiruuntie 4.

Rakennuksessa on kaksi opiskelijoiden käytössä olevaa sisäänkäyntiä, joista pääsisäänkäynti (A-ovi) sijaitsee uimahallin ja ison parkkipaikan puolella. Liikuntasaliin, kuvataide- ja kädentaito-opetustiloihin sekä opiston omaan monikäyttöopetustilaan kuljetaan Kiiruun puiston puoleisesta sisäänkäynnistä (D-ovi). Kummassakin ovesta on isot kirjaimet, joiden perusteella oikea ovi löytyy helposti.

Kaikille päiväkursseille kuljetaan D-ovesta. Iltaisin sisäänkäynti tapahtuu opetustilasta riippuen joko pää-ovesta tai D-ovesta. Kunkin kurssin kohdalla on maininta opetustilasta ja kummasta ovesta kulku tapahtuu.

Koulun ovet ovat enimmäkseen lukittuina, ja opiskelijat pääsevät sisään noin kymmenen minuuttia ennen kurssin alkua.

Asiakaspalvelusihteeri työskentelee rakennuksessa kurssi-iltoina ja huolehtii yhdessä opettajien kanssa opiskelijoiden pääsystä opetustiloihin. Päivisin opetustiloihin pääsystä huolehtivat opettajat.

Uuden koulun toimintakulttuurin rakentuminen on vielä kesken, joten opiston henkilökunta toivoo opiskelijoilta kärsivällisyyttä.

Koskella pääosa opetuksesta tapahtuu koulukeskuksen tiloissa ja kirjaston Koskialissa.

Opinto-oppaassa on kunkin kurssin kohdalla maininta opetustilasta ja sen osoite.

KURSSISUUNNITTELU

Opistossamme järjestetään vuosittain noin 200 kurssia ja luentoa, joille osallistuu 1000-1500 opiskelijaa. Opetustunteja järjestetään yhteensä noin 5000.

Kursseja suunnitellaan kaksi kertaa vuodessa. Syksyn ohjelma valmistuu kesäkuun alkuun mennessä ja kevään ohjelma marraskuun lopussa. Kesäkurssit suunnitellaan maaliskuuhun.

Kuvataide- ja kädentaitokurssien suunnittelusta vastaa suunnittelijaopettaja Anne Turkulainen ja muut kurssit suunnittelee koulutuskoordinaattori Riitta Ryhtä.

Kurssiehdotuksia otetaan vastaan ympäri vuoden. Mieluiten kuitenkin suunnitteluajaksi keuhäisin ja syksyisin.

Opiston opettajat ovat, suunnittelijaopettajaa lukuun ottamatta, opiston toiminta-alueella ja lähiseudulla asuvia sivutoimivia tuntiopettajia. Suunnittelijat ottavat mielellään vastaan tietoa eri alojen asiantuntijoista ja osajista, jotka voisivat toimia tuntiopettajana. Ota rohkeasti yhteyttä suunnittelijoihin.

Kursseja suunniteltaessa seurataan toteutettujen kursien opiskelijamääriä ja osallistumisaktiivisuutta sekä saatua kurssipalautetta. Tärkeimmät kurssin toteutumisen edellytykset ovat sopivan opettajan ja opetustilan löytyminen. Nämä kaksi asiaa määrittelevät pitkälti myös kurssin kokoontumispäivän ja kellonajan.

YHTEISTYÖ YHDISTYSTEN JA JÄRJESTÖJEN KANSSA

Opisto tekee yhteistyötä yhdistysten ja järjestöjen kanssa ja hyödyntää suunnittelussaan mielellään toimijoiden asiantuntemusta ja verkostoja. Yhteistyöstä on aina hyötyä kummallekin osapuolelle. Kerro luento- tai kurssi-ideastasi suunnittelijoille. Kehitetään sitä yhdessä edelleen.

TILOJEN ESTEETTÖMYYS

Opisto pyrkii ottamaan kaikessa toiminnassaan huomioon erilaisten oppijoiden tarpeet ja kouluttaa henkilökuntaansa heidän huomioon ottamisessa.

Kun tarvitset tietoa tai apua liikkumiseen tai esimerkiksi näkemiseen liittyvissä asioissa, ota yhteyttä suunnittelijaopettajaan.

VIESTINTÄ

Kurssiohjelma julkaistaan sitoumuksetta. Muutoksista ja uusista kursseista ilmoitetaan paikallisissa sanomalehdissä ja internetissä. Tietoa saa myös opiston henkilökunnalta ja Kosken yhdyshenkilöltä.

Kevätkauden opinto-opas julkaistaan joulukuussa.

INTERNETSIVUT

<http://www.somero-opisto.fi>

TAIDEKOULUN BLOGI

<http://someron-taidekoulu.blogspot.fi>

SOSIAALINEN MEDIA

<http://www.facebook.com/somero.opisto>

http://www.twitter.com/somero_opisto

<http://www.youtube.com/user/someropisto>

<http://www.instagram.com/someroopisto>



SOMERO

Lasten ja nuorten kurssit

TAITEEN PERUSOPETUS SOMERO-OPISTON TAIDEKOULU

1059905 VAUVOJEN VÄRIKYLPPY

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4
Perjantai 10.00 - 11.00
25.1.2019 - 22.3.2019
Kurssimaksu 30,00 €
KM, suunnittelijaopettaja Anne Turkulainen

Vauvojen värikylpy on 4–24-kuukauden ikäisille lapsille tarkoitettu hauska ja turvallinen väri-iloittelu, johon koko perhe voi osallistua. Vauvan lisäksi myös perheen sisarukset ja isovanhemmat ovat tervetulleita mukaan. Värikylvyssä vauvat yhdessä vanhempiensa kanssa ilmaisevat visuaalisesti näkemäänsä, tuntemaansa ja kokemaansa. Tunnilla käytettävät, ikäkaudelle turvalliset materiaalit ja maalausaineet sisältyvät kurssimaksuun. Lisätietoa opiston nettisivuilta.



1059906 VÄRILEIKKI 2–4-VUOTIAILLE KEVÄT

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4
Torstai 17.00 - 18.00
28.2.2019 - 11.4.2019
Kurssimaksu 43,50 €
B.A., artonomi (AMK) Piritta Kämi-Conway

Lasten värileikissä kurkistetaan taiteen maailmaan tutustumalla leikin avulla erilaisiin väreihin, muotoihin ja materiaaleihin. Samalla kehitetään lapsen motoriikkaa taiteilemalla pieniä taideteoksia. Tässä ryhmässä lapsi työskentelee mukana tulevan aikuisen kanssa.

1059907 VÄRILEIKKI 4–6-VUOTIAILLE KEVÄT

Kiirun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4
 Torstai 16.00 - 17.00
 28.2.2019 - 11.4.2019
 Kurssimaksu 43,50 €
 B.A., artonomi (AMK)
 Piritta Kämi-Conway

Lasten värileikissä kurkistetaan taiteen maailmaan tutustumalla leikin avulla erilaisiin väreihin, muotoihin ja materiaaleihin. Samalla kehitetään lapsen motorikkaa taiteilemalla pieniä taideteoksia. Tässä ryhmässä lapsi työskentelee itsenäisesti ilman huoltajaa.

**1050107 TAITEEN PERUSOPETUKSEN TEEMAOPINNOT: RAKENNETTU YMPÄRISTÖ**

Kiirun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4
 Perjantai 15.15 - 17.15

18.1.2019 - 10.5.2019
 Kurssimaksu 65,00 €
 Jutta Varjus

Opetuksessa tutkitaan erilaisia luonnonympäristöjä ja rakennettuja ympäristöjä. Harjoitellaan visuaalisen ympäristön esteettistä, ekologista ja eettistä arvottamista sekä käsitellään ympäristön merkitysten rakentumista. Kurssille otetaan ensisijassa taiteen perusopetuksessa mukana olevia nuoria, mutta vapaille paikoille otetaan myös muita 13–19-vuotiaita nuoria.

MUSKARIT

Alle kouluikäisille suunnatut muskarit järjestetään Kiirun koulukeskuksessa opetustilassa 1084, D-ovi.

Kevätkauden muskareihin on otettu ensisijassa syksyllä mukana olleita, mutta useimmissa ryhmissä on myös vapaita paikkoja.

Opettaja: MuM, musiikkipedagogi (AMK) Sanna Rantanen.
 Kaikkien muskarien kurssimaksu on 19,50 € lapselta.

VAUVA-, MUKSU- JA SISARUSMUSKARIT

Vauvamuskarit on suunnattu 6–18-kuukauden ikäisille lapsille, muksumuskarit 1,5–3-vuotiaille ja sisarusmuskari 0,5–4-vuotiaille.

1049910 VAUVAMUSKARI A

Maanantai 9.30–10.00 aj. 14.1.2019 - 8.4.2019

1049911 MUKSUMUSKARI A

Maanantai 11.00–11.30 aj. 14.1.2019 - 8.4.2019

1049912 MUKSUMUSKARI B

Maanantai 17.45–18.15 aj. 14.1.2019 - 8.4.2019

1049913 SISARUSMUSKARI A

Maanantai 10.15–10.45 aj. 14.1.2019 - 8.4.2019

1049914 SISARUSMUSKARI B

Maanantai 16.15–16.45 aj. 14.1.2019 - 8.4.2019

1049915 SISARUSMUSKARI C

Maanantai 17.00–17.30 aj. 14.1.2019 - 8.4.2019

MUSKARIT 3–6-VUOTIAILLE**1049916 MUSKARI 3–4-VUOTIAAT A**

Torstai 16.00–16.45 aj. 17.1.2019 - 11.4.2019

1049917 MUSKARI 3 – 4-VUOTIAAT B

Torstai 17.00–17.45 aj. 17.1.2019 - 11.4.2019

1049918 MUSKARI 5 – 6-VUOTIAAT

Torstai 18.00–18.45 aj. 17.1.2019 - 11.4.2019

MUUT LASTEN JA NUORTEN KURSSIT**1029903 LASTEN RAKETTI- JA TEKNIKKAKURSSI – KIDS ROCKET AND ENGINEERING COURSE**

Kiirun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4
 Maanantaista perjantaihin 10.00 - 13.30
 10.6.2019 - 14.6.2019
 Kurssimaksu 50,00 €
 Richard Conway

UUTUUS

KESÄKURSSI

Suosittu lasten tiedepaja saa jatkoa kesäkurssin muodossa. Kurssilla käydään läpi osittain samoja asioita kuin talven kurssilla, mutta keskitytään erityisesti raketteihin ja muihin lentäviin objekteihin. Kesäkurssi tarjoaa hauskaa ja jännittävää puuhaa 1–4-luokkalaisten lapsille, myös heille jotka eivät talviaikaan ole pystyneet muiden harrastusten vuoksi kurssille osallistumaan. Kurssi toimii myös englannin kielikylpynä, sillä skotlantilainen opettaja käyttää opetuksessa suomen kielen lisäksi englantia. Kurssimaksu sisältää käytettävät materiaalit.

NETTI-ILMOITTAUTUMISET

www.somero-opisto.fi**1030207 KIDS PLAY – 3–4 YRS**

Kiirun koulukeskus, ot 1084, D-ovi, Kiiruuntie 4
 Tiistai 17.00 - 17.30
 15.1.2019 - 9.4.2019
 Kurssimaksu 19,50 €
 Reija Talikka ja Katariina Suutela

Kids Play on alle kouluikäisille suunnattu leikkihetki, jossa laulaen, leikkien ja loruillen opitaan englannin kieltä yhdessä vanhemman tai muun läheisen kanssa. Toinen opettajista on lastentarhanopettaja ja toinen englannin kieltä arjessaan käyttävä perheenäiti. Kurssille otetaan sekä syksyllä mukana olleita että uusia lapsia.

1079905 LASTEN KESÄPUUHAA

Kiirun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4
 Maanantaista torstaihin 9.00 - 12.45
 3.6.2019 - 6.6.2019
 Kurssimaksu 40,00 €
 KM, suunnittelijaopettaja Anne Turkulainen

KESÄKURSSI

Vietämme mukavan kesälomaviikon käsitöitä ja askarteluja tehden. Valmistamme kankaanmaalauksella sekä ompelemalla pienen intiaanitelan ja pehmeät kesäpelit tai vaihtoehtoisesti helpon kesävaatteen. Ota omat eväät mukaan. Kurssi on suunniteltu 1–6-luokkien oppilaille. Kurssimaksu sisältää käytettävät materiaalit.

**Liity onnellisten oppijoiden joukkoon!**

Luennot

Luennot ovat avoimia yleisötilaisuuksia, joille ei tarvitse ilmoittautua ennakoon.

Luentomaksut peritään käteisenä ovelta. Osa luennoista on maksuttomia.

Kaikki luennot järjestetään Kiiruun koulukeskuksessa, Kiiruuntie 4, sisäänkäynti pääovesta (A-ovi).

LIIKUNNAN MERKITYS JA VAIKUTUS IKÄÄNTYNEILLE

Tiistai 12.3.2019 klo 13.00 - 15.00

Liikunnalla on suuri merkitys ikääntyneiden toimintakyvyn ylläpitämisessä. Fysioterapeutti, Green Care -ohjaaja **Marjis Viktors** kertoo miksi liikkuminen on niin tärkeää ikääntyneille ja mitä tulisi tehdä.

Käsiteltäviä teemoja ovat: pystyssä pysymisen peruspilarit: voima ja tasapaino, ulkoilun merkitys kehon ja mielen hyvinvoinnin edistäjänä sekä miten itse voin vaikuttaa toiminta- ja liikkumiskyvyn säilymiseen.

Luennolla saa myös vinkkejä erilaisista voimistelu- ja harjoitteluohjelmista sekä miten musiikin mukaan liikkumalla saadaan kroppa ja mieli kuntoon.

Maksuton luento järjestetään yhteistyössä Someron Liikunta ry:n kanssa Ikäinstituutin Voimaa vanhuuteen -hankkeeseen liittyen.

ILMAINEN KUNTOSALIKÄYNTI

Someron Liikunta ry jakaa kaikille yllä olevalle luennoille osallistuville lahjakortin, jonka voi käyttää kuntosalikäyntiin.

IKÄÄNTYVIEN YLIOPISTON VERKKOLUENNOT

Jyväskylän kesäyliopiston toteuttamat verkkoluennot järjestetään Jyväskylässä ja välitetään internetissä usealle paikkakunnalle ympäri Suomea.

Luentomaksu 5 € luennolta, peritään käteisenä ovelta.

TERVEYTTÄ SUOLESTA

Keskiviikko 16.1.2019 klo 14.00 - 16.00

Professori, gastroenterologisen kirurgian erikoislääkäri Jukka-Pekka Mecklin.

IKÄÄNTYNEISIIN KOHDISTUVAT HUIJAUKSET JA KODIN TURVALLISUUS

Keskiviikko 10.4.2019 klo 14.00 - 16.00

Poliisihallituksen poliisitarkastaja Jyrki Aho.

IKÄÄNTYMINEN JA UNI

Keskiviikko 27.3.2019 klo 14.00 - 16.00

Unihoitaja Anne Huutoniemi

NIVELRIKKO JA NIVELKIVUT

Keskiviikko 24.4.2019 klo 14.00 - 16.00

Ortopedian ja traumatologian erikoislääkäri Esko Kaartinen.

Ihminen ja yhteiskunta

1010104 TARINOITA SOMEROLTA

Kiiruun koulukeskus, ot 1084, D-ovi, Kiiruuntie 4

Tiistai 9.30 - 11.00

15.1.2019 - 9.4.2019

Kurssimaksu 24,50 €

FK Kaija Parko

Tarinoiden avulla valaistetaan kotiseudun ilmettä osallistujien omasta näkökulmasta. Muistellaan menneitä, katsellaan valokuvia ja pohdiskellaan somerolaista elämäntapaa monelta suunnalta. Tapaamisten ohjelma muotoutuu kurssilaisten kokemusten ja ideoiden pohjalta luovasti somerolaiseen tyyliin.

1010205 NLP - KAIKILLE JOTKA AJATTELEVAT

Kiiruun koulukeskus, ot 1133, A-ovi, Kiiruuntie 4

Tiistai 18.00 - 20.15

15.1.2019 - 12.2.2019

Kurssimaksu 19,50 €

Henkilöstövalmentaja, Mindfulness-ohjaaja Päivi Hoikkala

NLP on malli siitä, miten aivomme toimivat: miten opimme, ajattelemme, kommunikoimme, teemme päätöksiä ja motivoidumme sekä miten saadaan aikaan haluttuja muutoksia. NLP on käytännöllinen tietoisuuden kasvattamisen väline, joka sisältää runsaasti tehokkaita menetelmiä henkilökohtaiseen muutokseen ja sujuvaan vuorovaikutukseen. Kurssin teemoihin kietoutuu rikas mahdollisuus itsen ja muiden parempaan tuntemiseen ja ymmärtämiseen, sekä käytännön työvälineitä kaiken toiminnan tueksi.

1010601 MINUSTAKO BLOGGAAJA? - BLOGIKURSSI

Kiiruun koulukeskus, ot 1133, A-ovi, Kiiruuntie 4
Joka toinen maanantai 18.00 - 19.30

14.1.2019 - 8.4.2019

Kurssimaksu 19,50 €

Kirjoittajaohjaaja, kirjailija Minna Autio

Onko sinulle ehdotettu työblogin pitämistä? Haluaisitko jakaa harrastuksesi tai ajatuksiasi muiden kanssa? Oletko miettinyt blogin perustamista, muttet tiedä, miten päästä alkuun? Tule iloiselle kurssille tutustumaan blogien maailmaan ja erilaisiin blogipalveluihin. Bloggaaminen on helppoa ja hauskaa: tässä ryhmässä edetään rennosti omaan tahtiin. Kurssi lähtee jokaisen omista tavoitteista ja kiinnostuksen kohteista, ja saat myös paljon henkilökohtaista neuvontaa. Aloitetaan yhdessä – tule mukaan!

Kurssilla perustetaan oma blogi, kirjoitetaan esittely ja ensimmäiset jutut, laitetaan blogiin kuvia ja linkkejä. Mietitään aiheita ja tyylejä. Kurssilla saa halutessaan lisää lukijoita omalle blogille ja voi tutustua erilaisiin blogityyppeihin. Omia juttuja voi näyttää ohjaajalle ja saada samalla neuvoja pulmatilanteisiin.



1010702 JÄRJESTYKSENVALVOJAN PERUSKOULUTUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1084, D-ovi, Kiiruuntie 4
 Torstai ja perjantai 17.00 - 21.00, lauantai ja
 sunnuntai 9.00 - 17.00
 25.4.2019 - 5.5.2019
 Kurssimaksu 90,00 €
 Järjestyksenvalvojakouluttaja Kimmo Nurkse

Kurssi toteutetaan sisäasiainministeriön määräysten mukaan sisältäen kokeen ja todistuksen. Kokeen hyväksytysti suorittaneet voivat hakea poliisiviranomaiselta järjestyksenvalvojaksi hyväksymistä. Opetukseen sisältyy teoriaopetusta sekä voimankäyttökoulutusta ja -harjoituksia. Kurssille otetaan enintään 20 opiskelijaa, jotka jaetaan tarvittaessa voimankäyttökoulutuksessa kahteen enintään 10 opiskelijan ryhmään. Kurssimaksu sisältää opetuksen ja koulutusmateriaalin. Kurssipäivät: to 25.4., pe 26.4., la 27.4. (voimankäyttö, ryhmä 1), su 28.4. (voimankäyttö, ryhmä 2) to 2.5., pe 3.5., la 4.5. ja su 5.5.

1010703 ENSIAVUN PERUSKURSSI - EA1

Kiiruun koulukeskus, ot 1084, D-ovi, Kiiruuntie 4
 Lauantai 9.00 - 15.30
 19.1.2019 ja 2.2.2019
 Kurssimaksu 45,00 €
 Sairaanhoitaja, terveydenhoitaja, ETK Mari Salo

SPR:n ensiavun peruskurssi antaa perustiedot ja -tiedot hätätilanteissa ja tavallisimmissa sairaus- ja onnettomuustilanteissa auttamiseen. EA1-kurssin suorittamisesta saa todistuksen, joka on voimassa kolme vuotta. Todistuskassa sisältyy kurssimaksuun.

Liity onnellisten oppijoiden joukkoon!

1019903 ELINTARVIKEHYGIENIAKOULUTUS

Kiiruun koulukeskus, auditorio 1015, A-ovi, Kiiruuntie 4
 Torstai 17.00 - 21.00
 28.3.2019 ja 4.4.2019
 Kurssimaksu 45,00 €
 Elintarvikealan opettaja Minna Mäkinen

Elintarvikkeiden kanssa työskenteleville suunnatulla kurssilla käsitellään elintarvikehygienian ja mikrobiologian perusteita, ruokamyrkytyksiä, henkilökohtaista hygieniää ja hygieenisia työskentelytapoja sekä lainsäädäntöä ja omavalvontaa. Kurssiin sisältyy kirjallinen testi, jonka hyväksytysti suorittaneet saavat Eviran myöntämän todistuksen. Kurssimaksu sisältää koulutuksen, testin ja todistuksen. Mahdollisista testitilaisuuteen liittyvistä erityisjärjestelyistä tulee sopia koulutuskoordinaattorin kanssa ennen koulutuksen alkua. Koulutus järjestetään yhdessä Faktia Oy:n kanssa. Mahdolliset uusintatestit voi suorittaa Faktian toimipisteessä Forssassa yleisenä testipäivänä. Ensimmäinen uusintatesti sisältyy kurssimaksuun. Linkki sähköiseen oppimateriaaliin löytyy opiston verkkosivuilta. Huomioi poikkeava ilmoittautumisaika!

*Kielet***1030102 FINNKIJ PO-RUSSKI - SUOMEA VENÄJÄNKIELISILLE**

Kiiruun koulukeskus, ot 1130, A-ovi, Kiiruuntie 4
 Tiistai ja torstai 19.00 - 20.30
 15.1.2019 - 11.4.2019
 FM Julia Topchii

Suomen kielen jatkokurssi ensisijassa venäjänkielisille. Kurssilla jatketaan suomen kielen opiskelua, harjoitteluun yksinkertaista puhuttua ja kirjoitettua kieltä, laajennetaan sanavarastoa. Kurssi on tarkoitettu jonkin verran suomen kieltä puhuville. Oppikirja Suomenmessari 2. Apukielenä venäjä. Kurssi on maksuton.

1030302 ¡VAMOS A REPASAR! – KERRATAAN ESPANJAA

Kiiruun koulukeskus, ot 1125, A-ovi, Kiiruuntie 4
 Keskiviikko 17.15 - 18.45
 16.1.2019 - 24.4.2019
 Kurssimaksu 27,00 €
 FM Päivi Leikkonen

Tällä kevään kestäväällä kurssilla vahvistamme sanavarastoa, kertaamme monia tärkeitä rakenteita, erityisesti menneen ajan muotoja. Puhumme paljon ja teemme runsaasti kuullunymmärtämisharjoituksia. Kurssi sopii 4–5-vuotta espanjaa opiskelleille, niin kertaajille kuin uudenoppijoille. Opettajan monistemateriaali. ¡Bienvenido!

*Musiikki***1040409 UKULELEN SOITTO**

UUTUUS
 Kiiruun koulukeskus, ot 1023, A-ovi, Kiiruuntie 4
 Sunnuntai 17.30 - 19.00
 20.1.2019 - 14.4.2019
 Kurssimaksu 24,50 €
 Musiikkipedagogi (ylempi AMK) Anna Schukov

Opi virittämään ja soittamaan sopraanoukulelea ja käyttämään näppärää soitinta sekä säestyssoittimena, oman laulusi tukena, että yksinkertaisten melodioiden soitta-

misessa. Sinulla ei tarvitse olla aiempaa musiikkitaustaa tai kokemusta ukulelensoitosta. Kurssi on tarkoitettu kaikenikäisille. Nuorimmat voivat osallistua kurssille mieluusti yhdessä aikuisen kanssa. Opettaja neuvoo soitinten hankinnassa, jokunen lainasoitinkin löytyy, mutta jos omistat jo sopraanoukulelen, ota omasi mukaan tunnille. Soitamme yhdessä monipuolista ja mukavaa musiikkia tutuista lastenlauluista suomipoppiin ja iskelmiin. Osallistujien toiveita ja omia tavoitteita pyritään myös huomioimaan mahdollisuuksien mukaan opetuksessa.

Kuvataide ja luova ilmaisu

1050204 ELÄVÄN MALLIN PIIRUSTUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4
Lauantai ja sunnuntai 10.00 - 14.15
13.4.2019 - 14.4.2019
Kurssimaksu 17,00 €
TaM Hanna Saarikoski

Piirretään elävää mallia hiilellä, lyijykynällä tai vapaa- valintaisilla piirtimillä. Ota mukaan suurikokoista elävän mallin- tms. paperia, suuri taustalevy, piirtimet ja säämiskä. Kurssi sopii aloittelijoille sekä aiemmin piirtäneille.

1050502 KERAMIikka

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4
Keskiviikko 9.00 - 12.15
16.1.2019 - 3.4.2019
Kurssimaksu 52,50 €
Keraamikko Pirjo Salo

Kurssilla valmistetaan koriste- ja käyttöesineitä erilaisin käsinrakennustekniikoin. Tutustumme lasitteisiin ja erilaisiin pinnankoristelutekniikoihin. Tarvikkeet hankitaan yhteistilauksena. Kurssimaksuun sisältyy opetus ja poltot.

1050602 POSLIININMAALAU

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4
Lauantai 10.00 - 13.15
2.2.2019 - 16.3.2019
Kurssimaksu 34,50 €
Posliinimaalauksen opettaja Taru Uotila

Kurssilla perehdytään posliinimaalauksen perustekniikoihin, välineisiin sekä materiaaleihin tasolta toiselle etenevien harjoitustöiden avulla. Kurssi soveltuu sekä aloittelijoille että aiemmin posliinia maalanneille. Lisätietoa ja ohjeita opiston verkkosivuilla.

1050702 LASITYÖ

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4
Torstai 17.30 - 20.30
17.1.2019 - 21.2.2019
Kurssimaksu 24,50 €
Lasitaitelija Kirsi-Marja Lakanen

Perehdytään tiffany-, lasimosaiikki- ja lasinsulatustekniikkaan valmistamalla itselle mieluisia lasitöitä, kuten koruja, tasotöitä ja lamppeja. Kurssi sopii sekä aloittelijalle että aiemmin lasitöitä tehneelle, ja jokainen voi valita työlleen sopivan valmistustavan. Sulatustöistä peritään polttomaksu työn koon mukaan.



1050902 VALOLLISUUTTA JA ILMAISUVOIMAA VALOKUVAVUOKSEEN

UUTUUS
Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4
Torstai 18.30 - 20.00
28.2.2019 - 9.5.2019
Kurssimaksu 24,50 €
Ammattivalokuvaaja (VAT), Medianomi (AMK)
Tanja Pohjaranta

Valokuvauksen jatkokurssilla syvennetään osaamista valaisun, ilmaisun ja sommittelun saralla. Kurssin harjoitukset keskittyvät henkilökuvaukseen, luonto- ja maisemakuvaukseen sekä still life -kuvaukseen. Osallistujalla olisi hyvä olla käytössään oma järjestelmäkamera (tai vastaava). Kurssi on tarkoitettu kaikille valokuvauksesta kiinnostuneille, mutta on toivottavaa, että valotuksen säätäminen manuaalisesti olisi jo tuttua. Aluksi ryhmä kokoontuu klo 18.30-20.00 ja 25.4.-9.5. välisenä aikana pidempään klo 18.00-20.15.

Kädentaidot

1070202 VAATTEITA OMMELLEN

Kiiruun koulukeskus, ot 1078, D-ovi, Kiiruuntie 4
Lauantai 10.00 - 15.00
9.3.2019 - 30.3.2019
Kurssimaksu 24,50 €
B.A., artonomi (AMK) Piritta Kämi-Conway

Harjoitellaan helpohkojen vaatteiden kaavojen muokkaamista omalle vartalolle sopiviksi, sekä ompelukoneen ja saumurin käyttöä. Samaan työhön voidaan yhdistää sekä uusia kankaita että vanhojen vaatteiden osia. Kurssi sopii aloittelijoille ja konkareille, koska valmistettavan vaateen vaikeustason voi valita omien taitojen mukaan.

1060402 SENIORIEN LAUSUNTA- JA ESIINTYMISKURSSI

UUTUUS
Kiiruun koulukeskus, ot 1084, D-ovi, Kiiruuntie 4
Torstai 10.00 - 11.30
17.1.2019 - 11.4.2019
Kurssimaksu 24,50 €
B.A. Olla-Riitta Aarikka

Senioreille suunnatulla kurssilla lisätään valmiuksia esiintymistilanteisiin. Erilaisten harjoitusten kautta osallistujat oppivat lausuntaa ja vaikkapa puheen pitämistä. Leppoisassa ilmapiirissä voimme esittää toisillemme pienimuotoisia runoesityksiä tai sketsejä sekä mahdollisesti valmistaa yhteisen kokonaisuuden tai esityksen.



**TYKKÄÄ MEISTÄ
FACEBOOKISSA**

1070903 PUUKKOKURSSI

UUTUUS
Joensuun koulu, puutyöluokka, Heikintie 35
Tiistai 18.00 - 20.15
15.1.2019 - 23.4.2019
Kurssimaksu 48,00 €
Puuseppä Matias Kuisma

Tule valmistamaan kokonaan käsin valmistettu uniikki puukko ja sen nahkatuppi. Kurssi sopii aloittelijalle, kokeneemmat puukontekijät voivat yhdistää puukon tekemiseen metallivalua. Infokerralla 15.1. klo 18.00-18.45 suunnitellaan omaa puukkoa. Materiaalit voi ostaa opettajalta noin 20 euron kappalehintaan.

1071003 PIHAKORISTEITA BETONISTA JA MOSAIIKISTA

Info: perjantai 10.5.2019 klo 18.00 - 18.45 Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4.

Kurssipäivät: perjantai 17.5.2019 klo 17.30 - 20.45 ja lauantai 18.5.2019 klo 9.30 - 14.30 Untamo. Valmiiden töiden nouto: perjantai 24.5. klo 17.30 - 20.45.

Kurssimaksu 23,00 €
Artenomi Arja Perälä

Kurssilla valmistetaan erilaisia betonikoristeita ulkokäyttöön: ruukkuja, laattoja, veistoksia jne. Betonimassa sekoitetaan betonimyllyllä tai vispilällä. Betonitöiden pintaa voi halutessaan koristella mosaiikkialoilla. Materiaalit hankitaan yhteishankintana.

1079906 KIRJANSIDONNAN PERUSTEET

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4
Lauantai ja sunnuntai 10.00 - 16.00
26.1.2019 - 27.1.2019
Kurssimaksu 19,50 €
Ammatillinen opettaja, kirjansitoja Marjo Viitanen

Tutustutaan länsimaisen kirjansidonnin perussanastoon, työväliseisiin ja materiaaleihin. Viikonlopun aikana valmistetaan alusta loppuun "peruskirja" eli länsimainen irtoselkäkirja ja opitaan kirjan sitomisen vaiheet. Aiempiä kokemusta kirjansidonnasta ei tarvita. Tulevaisuudessa on tarkoitus järjestää kurssi kirjan korjauksesta, ja tämä kurssi tai vastaavat tiedot ovat edellytyksenä korjauskurssille osallistumiselle. Osallistuja voi tehdä työt omilla tai opettajalta kurssipaikalla hankkimillaan työvälineillä ja materiaaleilla. Opettajalta voi myös lainata työvälineitä. Opettaja lähettää osallistujille kurssikirjeen materiaalitietoineen noin viikkoa ennen kurssia.

1079907 PÄÄSIÄISMUNIEN KORISTELU

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4
Info: tiistai 19.3.2019 klo 17.00 - 17.45.

Kurssikerrat: lauantait 30.3.2019 ja 6.4.2019 klo 10.00 - 15.45

Kurssimaksu 19,50 €

Artenomi Kirsi Hämäläinen

Valmistamme eri tavoin koristeltuja pääsiäismunia. Koristelussa käytetään helmiä, nauhoja, paljetteja ja ohutta metallilankaa. Kuvioinnissa opitaan Pisanka-munien värjäystekniikka ja maalataan sulatetuista vahaliidusta saatavilla väreillä. Ota infokerralle muistiinpanovälineet mukaan.

*Tietotekniikka***1080203 SENIORI HALLITSE KANNETTAVA TIETOKONEESI -PERUSKURSSI**

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4
Maanantai 9.00 - 11.30
28.1.2019 - 11.3.2019
Kurssimaksu 22,00 €
Tradenomi Kai Åkerfelt

Kurssi on tarkoitettu tietokoneen käyttöä aloitteleville senioreille ja kaikille, jotka kaipaavat opastusta kannettavan tietokoneen käyttöön. Tärkeässä osassa kurssilla ovat käytännönläheiset harjoitukset omalla läppärillä (Windows 7 tai uudempi). Opistolla on myös muutamia kannettavia tietokoneita, joita kurssilaiset voivat käyttää, mikäli oma kone on vielä hankkimatta.

1080204 KANNETTAVAN TIETOKONEEN PAREMPAA HALLINTAA SENIOREILLE

Kiiruun koulukeskus, ot 1084, D-ovi, Kiiruuntie 4
Tiistai 15.15 - 17.45
23.4.2019 - 21.5.2019
Kurssimaksu 19,50 €
Tradenomi Kai Åkerfelt

Jatkokurssin teemoja ovat mm. tietokoneen asetusten muuttaminen, tallennuspaikat, ohjelmien asentaminen, tietokoneen liittäminen ulkoiseen näyttöön tai televisioon ja langattomat verkot. Tutustumme erilaisiin verkkopalveluihin, kuten teatterilippujen tilaamiseen ja sähköiseen asioimiseen. Tutuksi tulevat myös kuvien siirtäminen digikamerasta tai älypuhelimesta tietokoneeseen. Työskentely tapahtuu omalla Windows 10 käyttöjärjestelmällä varustetulla läppärillä. Tietokoneen alkeet tulee hallita.

1089904 ANDROID-ÄLYPUHELIN TUTUKSI

Kiiruun koulukeskus, ot 1133, A-ovi, Kiiruuntie 4
Tiistai 15.15 - 17.30
2.4.2019 - 16.4.2019
Kurssimaksu 17,00 €
Tradenomi Kai Åkerfelt

Android on älypuhelin ja tablettitietokoneiden käyttöjärjestelmä, joka on käytössä mm. Samsung-, Huawei- ja LG-laitteissa. Tutustumme aloitusnäyttöön, asetuksiin, kameratoimintoihin, karttapalveluihin ja kalenteriin. Tutuksi tulee myös ohjelmien lataaminen omaan laitteeseen Play-kaupasta. Tavoitteena on laittaa kännykkä kunkin omien käyttötoiveiden mukaiseksi. Kurssi sopii kaikille Android-puhelimen käytössä tukea kaipaaville, erityisesti ikääntyneille.

1080501 ADOBE LIGHTROOM - HELPPOA VALOKUVIEN HALLINTAA JA MUOKKAUSTA

Kiiruun koulukeskus, ot 1133, A-ovi, Kiiruuntie 4
Tiistai 17.15 - 20.30
2.4.2019 - 16.4.2019
Kurssimaksu 19,50 €
Tradenomi Kai Åkerfelt

Adobe Lightroom -ohjelmiston avulla saat esiin valokuviesi parhaat puolet. Ohjelmisto sopii niin yksittäisten kuvien viimeistelyyn kuin suurten kuvamäärien hakuun, käsittelyyn ja hallintaan. Opiskelu tapahtuu omalla kannettavalla tietokoneella, johon olet asentanut Lightroom ohjelmiston. Voit aluksi ladata Lightroomin kokeiluversion testikäyttöön (7 vrk) Adoben internet-sivuilta. Ohjelman hankintahinta on n.140,-. Kurssille osallistujalta vaaditaan tietokoneen peruskäytön hallintaa.

Hyvinvointi ja liikunta

1090102 JOMON-SHINDO®

Lamminniemen hyvinvointikeskus, Jänistie 1
Maanantai 18.30 - 20.00
14.1.2019 - 8.4.2019
Kurssimaksu 24,50 €
Shindo-ohjaaja Merja Rintamaa-Lehtonen

Kaipaatko kiireiseen arkeen rauhoittumishetkeä? Shindo on japanilainen rentoutusharjoituksia ja venytyksiä sisältävä kehontyöskentelymenetelmä, jolla on positiivisia vaikutuksia kehon ja mielen hyvinvointiin. Käytännönläheiset harjoitukset ovat helposti opittavia. Mukaan tarvitaan peitto ja makuualusta.

1090103 TUOLI-JOMON-SHINDO®

Lamminniemen hyvinvointikeskus, Jänistie 1
Maanantai 13.00 - 14.00
14.1.2019 - 8.4.2019
Kurssimaksu 22,00 €
Shindo-ohjaaja Merja Rintamaa-Lehtonen

Shindo on japanilainen rentoutusharjoituksia ja venytyksiä sisältävä kehontyöskentelymenetelmä. Tuoli-Jomon-Shindo on kaikille soveltuva nivelistävällinen venytys- ja rentoutusmuoto. Kaikki venytykset tehdään tuolilla. Venytyksillä on positiivisia vaikutuksia sekä mielen että kehon hyvinvointiin.

NETTIILMOITTAUTUMISET

www.somero-opisto.fi

1090401 KOKONAISVALTAISTA HYVINVOINTIA RAVITSEMUKSEN KAUTTA

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1133, A-ovi, Kiiruuntie 4
Keskiviikko 17.00 - 18.30
27.2.2019 - 8.5.2019
Kurssimaksu 22,00 €
Ravintoneuvoja/-terapeuttiopiskelija Suvi Andersson

Kuormittunut ja kuonaantunut keho saattaa lisätä riskiä eri sairauksille, allergioille, ylipainolle ja jaksamattomuudelle sekä väsymykselle. Kurssilla saat tietoa miten ravitsemuksen avulla kehoa puhdistetaan ja voit löytää itsellesi sopivan keinon ylläpitää terveellistä elämäntapaa. Kurssin aikana on mahdollista osallistua verenpain- ja kehonkoostumusmittaukseen sekä seurantaan.

1099903 GEOKÄTKÖILY

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4
Perjantai 17.30 - 19.45
26.4.2019 - 24.5.2019
Kurssimaksu 19,50 €
Opiskelija Viljami Mettovaara

Geokätköily on hauska ulkoiluharrastus, jossa GPS-paikannuksen avulla etsitään luontoon tai kaupunkiympäristöön piilotettuja geokätköiksi kutsuttuja rasioita. Et-sinnässä käytetään älypuhelinta ja siihen ladattua ohjelmaa, joita on sekä maksuttomia että maksullisia. Kurssilla tutustutaan geokätköilyn historiaan, periaatteisiin ja käytettäviin välineisiin sekä tehdään etsintäretkiä lähiseudulle. Kurssi sopii kaikille ulkona liikkumisesta kiinnostuneille iästä riippumatta. Mukaan voi lähteä vaikka pa koko perheen voimin.

TERVETULOA AHAAN HYVINVOINTI- JA AIVOTREENIRYHMÄÄN!

Ryhmässä treenataan aivoja ja muistia monipuolisten kynä-paperitehtävien avulla. Tehtävät tehdään ohjatusti, rennossa ilmapiirissä vailla suorituspainetta. Ryhmässä puhutaan myös terveiden elintapojen vaikutuksesta aivo- ja muistiterveyteen sekä miten niillä voi ennaltaehkäistä muistisairauksia. Tervetuloa mukaan!

Ryhmä kokoontuu 6 kertaa torstaisin klo 12-14 (28.2., 7.3., 14.3., 21.3., 28.3., 4.4.) Kiiruun koulukeskuksessa. Kurssi on maksuton.

Kurssinumero 1099904. Ilmoittautumiset: <https://opistopalvelut.fi/somero>

WELCOME TO TRAIN YOUR BRAIN!

The Ahaa brain and memory training group is open for everyone who is willing to train their brain with the help of a variety of pen-paper tasks. Tasks are done in a controlled, relaxed atmosphere without any pressure. You will also learn how to promote your brain health with healthy lifestyle choices. Healthy lifestyle and the active use of the brain can prevent memory disease. Welcome!

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В ГРУППУ ПО ПОДДЕРЖАНИЮ И АКТИВИЗАЦИИ МОЗГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АНАА!

Согласно названию в группе Ахаа при помощи разнообразных упражнений «бумага-карандаш» тренируется активность головного мозга и память. Упражнения проводятся под руководством в спокойной благожелательной атмосфере. Мы приглашаем всех желающих в группу по активизации мозговой деятельности и памяти!

Кроме того, в группе мы также будем говорить о влиянии образа жизни на деятельность головного мозга и на состояние памяти. Согласно современным научным данным, поддержание здорового образа жизни и активизация деятельности головного мозга могут предотвратить заболевания, связанные с функционированием памяти.

The group will meet 6 times on Thursdays from 12-14 / Группа собирается 6 раз по четвергам в 12.00 – 14.00 (28.2, 7.3, 14.3, 21.3, 28.3, 4.4) at Kiiruu School Center / в Kiiruun koulu -центре.

The course is free of charge / Курс является бесплатным

Course number 1099904. Entries: <https://opistopalvelut.fi/somero>



JOOGAKURSSIT

Saara Turpeisen ohjaamat joogakurssit tarjoavat tasa-painoa ja terveyttä. Harjoitukset sopivat sekä aloittelijoille että konkareille. Lempeät joogaryhmät sisältävät tavanomaista kevyempiä joogaharjoituksia, ja sopivat hyvin myös ikääntyneille ja terveysongelmista kärsiville.

Ota mukaan joogamatto, joustava asu ja huopa.

Kurssimaksut:

- Kevätkauden ryhmät 27,00 euroa
- Kesäjooga 17,00 euroa

1090306 KIRKONMÄEN MAANANTAIJOOGA

Kirkonmäen koulu, Kirkkotie 3
Maanantai 18.00–19.50 aj. 25.2.2019 - 20.5.2019

1090307 KIRKONMÄEN TIISTAIJOOGA

Kirkonmäen koulu, Kirkkotie 3
Tiistai 18.00–19.50 aj. 26.2.2019 - 21.5.2019

1100201 KOTIPIHA KAUNIIKSI ITSE SUUNNITELLEN

Kiiruun koulukeskus, ot 1084, D-ovi, Kiiruuntie 4
Tiistai 18.30 - 20.00 ja
lauantai (6.4.) 10.00 - 13.00
5.2.2019 - 6.4.2019
Kurssimaksu 22,00 €
Puutarhuri Katariina Kauriinoja

*Puutarhanhoito***1090308 SOMERNIEMEN LEMPEÄ JOOGA**

Oinasjärven koulu, Helsingintie 2103
Tiistai 15.30–17.20 aj. 26.2.2019 - 21.5.2019

1090309 MYÖTÄTUULEN LEMPEÄ JOOGA

Myötätuuli, Hämeenojantie 32
Keskiviikko 13.00–14.50 aj. 27.2.2019 - 22.5.2019

1090310 KIRKONMÄEN LEMPEÄ JOOGA

Kirkonmäen koulu, Kirkkotie 3
Keskiviikko 15.30–17.20 aj. 27.2.2019 - 22.5.2019

1090311 KIRKONMÄEN KESÄJOOGA

Kirkonmäen koulu, Kirkkotie 3
Tiistai 18.00 - 19.50
aj. 28.5.2019 - 18.6.2019

KESÄKURSSI

Suunnitellaan omaan pihaan sopivia istutuksia ja rakenteita. Tutustutaan erilaisiin puihin, pensasiin ja istutusryhmiin, kuten esimerkiksi rehevään, kuivaan, kivikko-, yrtti-, englantilaiseen kerrostettuun ja luonnonmukaiseen kasviryhmään, ja valitaan niihin sopivat kasvit paikan olosuhteet huomioiden. Suunnittelussa huomioidaan myös olemassa olevat ja suunniteltavat pihan rakenteet, kuten kasvihuoneet, käytävät, kivetykset, patiot ja pergolat ynnä muut. Viimeinen kokoontumiskerta järjestetään lauantaina 6.4., jolloin ryhmä tekee tutustumiskäynnin arboretumiin/puutarhamyymälään.

*Ruoanvalmistus***1100401 RIISTARUOKAA ARKEEN JA JUHLAAN**

Kiiruun koulukeskus, ot 1027, A-ovi, Kiiruuntie 4
Pe 17.30 - 20.30, La 10.00 - 15.00
25.1.2019 - 26.1.2019
Kurssimaksu 17,00 €
Leipuri Riku Vilen

Riistan valmistaminen arki- tai juhla-ateriaksi tarjoaa metsämiehelle ja -naiselle monenlaisia mahdollisuuksia kunnostautua jahdin jälkeenkin. Kurssilla valmistetaan ja nautitaan riistaruokia. Ota mukaan sisäkengät, essu ja pari pyyhettä sekä rasioita kotiin viemisiä varten. Kurssi järjestetään yhteistyössä Someron riistanhoitoyhdistyksen kanssa, joka myös lahjoittaa kurssilla käytettävän riistalihan. Kurssimaksun lisäksi opiskelijoilta peritään 10 euron maksu muista käytettävistä ruoka-aineista.

1100402 MIEHET KEITTIÖSSÄ

Kiiruun koulukeskus, ot 1027, A-ovi, Kiiruuntie 4
Tiistai 17.30 - 20.30
29.1.2019 - 12.2.2019
Kurssimaksu 19,50 €
Leipuri Riku Vilen

Ruoanvalmistus on hauskaa ja useimmiten myös helppoa. Tule rohkeasti valmistamaan kotoisia arkiruokia leppoisassa ilmapiiressä. Ota mukaan sisäkengät, essu ja pari pyyhettä sekä rasioita kotiin viemisiä varten. Kurssimaksun lisäksi opiskelijoilta peritään kahdeksan euron raaka-ainemaksu kurssikertaa kohti.

1100403 KANSAINVÄLISEN KEITTIÖN HERKKUJA

Kiiruun koulukeskus, ot 1027, A-ovi, Kiiruuntie 4
Tiistai 17.30 - 20.30
16.4.2019 - 23.4.2019
Kurssimaksu 17,00 €
Leipuri Riku Vilen

Kurssilla valmistetaan italialaisia ja aasialaisia ruokia. Ensimmäisenä iltana valmistetaan perinteisiä risottoja, pastoja ja muita italialaisen keittiön herkkuja jälkiruokia unohtamatta. Toisena iltana ovat vuorossa aasialaiset ruoat, joille on tunnusomaista makean, happaman, suolaisen, tulisen ja kirpeän yhteydestä muodostuva makujen tasapaino. Tule rohkeasti kokeilemaan. Ota mukaan sisäkengät, essu ja pari pyyhettä sekä rasioita kotiin viemisiä varten. Kurssimaksun lisäksi opiskelijoilta peritään kahdeksan euron raaka-ainemaksu kurssikertaa kohti.

1100404 MEHEVÄT KOTIJUUSTOT

Kiiruun koulukeskus, ot 1027, A-ovi, Kiiruuntie 4
Pe 17.30 - 20.30, La 10.00 - 11.30
8.2.2019 - 9.2.2019
Kurssimaksu 17,00 €
Yrittäjä, agrologi Janne Tolvi

Mehevät kotijuusto kruunaa yhtä hyvin arki- kuin juhlapöydänkin. Kurssilla opitaan valmistamaan perinteisiä piimä- ja juoksutinjuustoja. Ota mukaan sisäkengät, essu ja pari pyyhettä sekä rasioita kotiin viemisiä varten. Kurssimaksun lisäksi opiskelijoilta peritään raaka-ainemaksu.

1100407 KARJALAISET PIIRAKAT

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1027, A-ovi, Kiiruuntie 4
Lauantai 10.00 - 14.00
16.3.2019 - 16.3.2019
Kurssimaksu 14,50 €
Aira Viitaniemi ja Liisa Pulli

Moni muistaa lapsuudestaan äidin tai mummon valmistamat maukkaat peruna- ja riisipiirakat. Sellaisia ei tunnu tänä päivänä saavan mistään. Kotiseutuneuvos Aira Viitaniemen ja Liisa Pullin opastamana opit valmistamaan aitoja karjalaisia riisi- ja perunapiirakoita sekä lanttusupikkaita ja metsäsienivatruscoita. Ota mukaan sisäkengät, essu ja pari pyyhettä sekä rasioita kotiin viemisiä varten. Kurssi järjestetään yhteistyössä Someron Karjalaseuran kanssa.

1100405 MATCHA-JÄLKIRUOKIA JA TEESEREMONIAA

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1027, A-ovi, Kiiruuntie 4
Su 11.00 - 14.45
7.4.2019 - 7.4.2019
Kurssimaksu 14,50 €
Muotoilija (AMK) Reika Vesala

Matcha on japanilainen hienoksi jauhettu vihreätee pulveri, jota tavallisesti käytetään teeseremoniassa. Kurssilla valmistetaan matcha-raakavalkosuklaata, -tirami-sua ja -kääretorttua. Matcha-pulverin lisäksi käytettäviä raaka-aineita ovat mm. valkosuklaa, kananmuna, laktoositon kerma ja vehnä jauho. Tutustumme myös teeseremoniaan, vispaamme itse matchaa sekä tarjoilemme toisillemme. Valmiita jälkiruokia maistelemme teen kanssa. Ota mukaan sisäkengät, essu ja pari pyyhettä sekä rasioita kotiin viemisiä varten. Kurssimaksu sisältää opetuksen, jonka lisäksi kurssin alussa kerätään 6 - 8 euron raaka-ainemaksu.

1100406 TEHDÄÄN SUSHIT ITSE

Kiiruun koulukeskus, ot 1027, A-ovi, Kiiruuntie 4
Lauantai 10.00 - 13.45
13.4.2019 - 13.4.2019
Kurssimaksu 14,50 €
Muotoilija (AMK) Reika Vesala

Sushi on sokerietikkaseoksella maustetusta riisistä valmistettua japanilaista ruokaa. Kurssi alkaa lyhyellä luennoilla, jonka jälkeen valmistetaan yhdessä maki- ja nigirizushi. Täytteenä käytetään riisiä, vihanneksia, lohta ja kanaa. Lisäksi valmistetaan miso-keittoa. Opiskelijoiden toiveet ja ruokavaliot pyritään ottamaan huomioon. Valmiita susheja syödään yhdessä, ja loput opiskelijat saavat kotiin vietäviksi. Ota mukaan sisäkengät, essu ja pari pyyhettä sekä rasioita kotiin viemisiä varten. Kurssimaksu sisältää opetuksen, jonka lisäksi kurssin alussa kerätään 6 - 8 euron raaka-ainemaksu.

1100408 ÄITIENPÄIVÄKAKKUPAJA

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1027, A-ovi, Kiiruuntie 4
Pe 17.30 - 20.30, La 10.00 - 13.00
10.5.2019 - 11.5.2019
Kurssimaksu 17,00 €
Luokanopettaja, KM Elina Lemberg-Kärki

Kurssilla valmistetaan ns. suklaaputouskaku (Chocolate dip cake) äitienpäivän viettoon. Perjantaina valmistetaan kakkupohja ja se täytetään, lauantaina on koristelujen vuoro. Voit tutustua etukäteen erilaisiin väri vaihtoehtoihin ja koristeluideoihin netissä. Koristeluvalineet hankitaan yhteisesti, opettaja tiedustelee täytetoiveita etukäteen. Ota mukaan sisäkengät, essu ja pari pyyhettä sekä kakkukupu kotiin viemisiä varten. Kurssimaksu sisältää opetuksen, jonka lisäksi kurssin alussa kerätään 25 euron raaka-ainemaksu.

KOSKI

Kosken yhdyshenkilö Pirkko Kesälä puh. 050 305 5017

IHMINEN JA YHTEISKUNTA

2010202 MINDFULNESS – TIETOINEN LÄSNÄOLO -JATKOKURSSI

UUTUUS

Kosken koulukeskus, yleisluokka 3, Lampitie 3
Joka toinen tiistai 18.00 - 19.30
19.3.2019 - 16.4.2019
Kurssimaksu 17,00 €
Mindfulness-ohjaaja Päivi Hoikkala

Tule vahvistamaan läsnäolon taitojasi, rentoutumaan, rauhoittumaan ja oivaltamaan! Kurssi on tarkoitettu Mindfulness - tietoinen läsnäolo -peruskurssin käyneille tai muuten tietoisien läsnäolon perustaidot jo omaaville. Tavoitteena tukea säännöllistä harjoittelua ja taitojen ylläpitämistä.



KIELET

2030203 KESKUSTELLAAN ENGLANNIKSI

Kosken kirjasto - Koskisali, Hämeentie 12
Keskiviikko 12.30 - 14.00
16.1.2019 - 10.4.2019
Kurssimaksu 24,50 €
B.A. Olla-Riitta Aarikka

Tuttu ryhmä jatkaa uuden opettajan vetämänä englannin kielitaidon ylläpitoa ja kehittämistä eri aiheista keskustellen. Kurssille otetaan myös uusia riittävän kielitaidon omaavia opiskelijoita.

MUSIIKKI

2040405 UKULELEN SOITTO

UUTUUS

Kosken koulukeskus, musiikkiluokka, Lampitie 3
Tiistai 19.00 - 19.45
15.1.2019 - 9.4.2019
Kurssimaksu 19,50 €
Musiikinopettaja Vilperti Salminen

Ukulele on pienikokoinen nelikielinen kitaraa muistuttava soitin. Kurssilla opitaan käyttämään ukulelea laulun säestämiseen ja helppojen melodioiden soittamiseen.

Ryhmäopetuksena toteutettava kurssi sopii sekä lapsille että aikuisille alakouluikäisestä senioreihin. Ukulele on hinnaltaan edullinen soitin, jonka hankintaan saa neuvoja opettajalta.

KUVATAIDE

2050201 MAALATAAN KOSKELAISTA MAISEMAA JA LUONTOA

UUTUUS Kosken koulukeskus, kuvataideluokka, Lampitie 3
Tiistai 18.00 - 20.15
22.1.2019 - 16.4.2019
Kurssimaksu 32,00 €
Kuvataiteilija Henri Ahti

Tule maalaamaan koskelaisia luontokuvia. Maalauskohteet taltioidaan valokuvien tai muistelujen avulla. Tunnelle tuetaan oppilaan omaa kuvailmaisua, vapaavalintaisin tekniikoin. Kurssi sopii sekä aloittelijoille että aiemmin maalanneille.

TANSSI JA SIRKUS

2060301 MATALAN KYNNYKSEN KUNTOTANSSI

Kosken kirjasto - Koskisali, Hämeentie 12
Torstai 19.00 - 19.45
31.1.2019 - 2.5.2019
Kurssimaksu 17,00 €
Pirita Hipp-Koskenoja

Matalan kynnyksen kuntotanssi edistää hyvinvointia ja kohottaa kuntoa hyppimättä. Vauhdikkaat tanssitunnit sisältävät keskivartaloliikkeen hallintaa tukevia tanssi-askeleita ja koreografioita. Joka kerta kerrataan aiemmin opittua, ja uusiin koreografioihin siirrytään vasta kun aiemmat on opittu. Ota vesipullo mukaan! Kurssille osallistuminen ei edellytä aiempaa tanssikokemusta.

2060604 SIRKUSKURSSI ALAKOULULAISILLE

Kosken Liikuntahalli, Lampitie 3
Maanantai 16.30 - 17.30
14.1.2019 - 8.4.2019
Kurssimaksu 22,00 €
Tanssinopettaja (AMK), sirkusartisti Reetta Kinnari

Sirkuskurssilla harjoitellaan mm. akrobatiaa maassa ja ilmassa, jongleerausta ja tasapainoilua. Lämmitteilyleikeissä tulee venyteltä ja harjoiteltua kehon koordinaatiota kuin huomaamatta. Kurssi on suunnattu 7 - 12-vuotiaille.

KÄDENTAILOT

2071001 TALLUKKAAT

UUTUUS Kosken koulukeskus, tekstiilityöluokka, Lampitie 3
Torstai 18.00 - 20.15
17.1.2019 - 28.3.2019
Kurssimaksu 27,00 €
Artenomi Kirsi Hämäläinen

Tallukkaat ovat kankaasta valmistetut, tikatut jalkineet. Materiaaleina on mahdollista käyttää monenlaisia kierätyksenkaita, jolloin valmistat "oman" näköiset tallukkaat. Aloitamme valmistamalla lestit, joten ensimmäisellä kerralla mukaan vanhat sukat, ilmastointiteippiä ja muistiinpanovälineet.

2070902 NUKKEKODIN RAKENNUSKURSSI

Kosken koulukeskus, puutyöluokka, Lampitie 3
Tiistai 17.00 - 20.15
15.1.2019 - 26.3.2019
Kurssimaksu 48,00 €
Artesaani, puuseppä Esa Malmström

Valmistetaan vanerista nukkekoti opettajan mallin mukaan tai vaikkapa yhden huoneen roomboxia.

Myös keskeneräistä nukkekotia voi tulla rakentamaan tai valmistaa puisia huonekaluja. Aiempaa kokemusta ei tarvita. Ensimmäisellä kerralla opiskellaan pienoistyökalujen käyttöä.

2079903 NUKKEKODIN PIENESINEET

UUTUUS Talolan koulu, Arkkilantie 2
Lauantai ja sunnuntai 9.00 - 14.00
19.1.2019 - 3.3.2019
Kurssimaksu 32,00 €
Puuseppä/ATK-insinööri Maria Malmström

Valmistetaan nukkekotiesineitä mittakaavassa 1:12 Retroa nukkekotiin- kirjan mukaan. Aiempaa kokemusta ei tarvita. Tarvikelista lähetetään etukäteen. Joitain materiaaleja voi hankkia opettajalta. Kurssilla valmistetaan talousjakkara, katto- tai pöytävalaisin, ostoskori, kirjahylly, lehtiä, kirjoja, ruokapakkauksia ja leipää. Kurssipäivät ovat 19.-20.1., 2.-3.2. ja 2.-3.3.



TIETOTEKNIikka

2080501 KUVANKÄSITTELYÄ ILMAISELLA GIMP-OHJELMALLA

UUTUUS Kosken kirjasto - Koskisali, Hämeentie 12
Maanantai 9.00 - 11.30
18.3.2019 - 8.4.2019
Kurssimaksu 19,50 €
Tradenomi Kai Åkerfelt

Gimp on netistä ilmaiseksi ladattava monipuolinen kuvankäsittelyohjelma. Tutkimme käyttöliittymää ja yleisimpiä kuvankäsittelytyökaluja sekä harjoittelemme kuvien käsittelyä eri käyttötarkoituksiin. Kurssille osallistuvalla odotetaan tietokoneen peruskäyttötaitojen hallintaa, ja opiskelu tapahtuu omalla kannettavalla tietokoneella.

LIIKUNTA JA HYVINVOINTI

2090101 HYVINVOINTIA LIIKKUEEN

UUTUUS Kosken kirjasto - Koskisali, Hämeentie 12
Torstai 17.00 - 18.30
31.1.2019 - 2.5.2019
Pirita Hipp-Koskenoja

Liikunnalla on monia terveyttä ja hyvinvointia edistäviä vaikutuksia. Aktiivinen liikkuminen muun muassa helpottaa painonhallintaa, parantaa unen laatua ja ehkäisee sairauksia. Kurssilla saat tietoa liikunnan vaikutuksista ja pääset kokeilemaan erilaisia liikuntatapoja ja -lajeja. Ohjelmassa on myös lihaskuntotesti ja UKK-kävelytesti, joiden tuloksista saat tärkeää tietoa omasta kunnostasi. Tarkempi ohjelma sovitaan yhdessä ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Kurssi sopii kaikenikäisille naisille ja miehille, jotka haluavat kehittää omia liikuntatottumuksiaan.

2090302 KOSKEN JOOGA

Talolan koulu, Arkkilantie 2
 Torstai 18.00 - 19.50
 28.2.2019 - 23.5.2019
 Kurssimaksu 27,00 €
 Joogaopettaja Saara Turpeinen

Tasapainoa ja terveyttä joogasta. Kaikille sopivia jooga-harjoituksia. Ota mukaan joogamatto, joustava asu ja huopa. Myös miehet rohkeasti mukaan.

2090303 KOSKEN KESÄJOOGA

Kosken kirjasto - Koskisali, Hämeentie 12
 Keskiviikko 18.00 - 19.50
 29.5.2019 - 19.6.2019
 Kurssimaksu 17,00 €
 Joogaopettaja Saara Turpeinen

KESÄKURSSI

Tasapainoa ja terveyttä joogasta. Kaikille sopivia jooga-harjoituksia. Ota mukaan joogamatto, joustava asu ja huopa. Myös miehet rohkeasti mukaan.

HYVINVOINTIA KUNTOSALILTA 65+

Tuula Rautoman ohjaamien kuntosaliryhmien harjoitukset on suunniteltu erityisesti yli 65-vuotiaille miehille ja naisille.

Kurssit kokoontuvat Kosken liikuntahallin kuntosalissa, Lampitie 3, keskiviikkoisin ajalla 16.1.2019 - 10.4.2019.

Kurssimaksu 19,50 euroa

2090104 RYHMÄ A

Keskiviikko 15.00 - 15.45

2090105 RYHMÄ B

Keskiviikko 16.00 - 16.45

RUOANVALMISTUS

Ota ruoanvalmistuskursseille mukaan sisäkengät, essu ja pari pyyhettä sekä rasioita kotiin viemisiä varten.

2100403 MIEHET KEITTIÖSSÄ

Kosken koulukeskus, kotitalousluokka, Lampitie 3
 Tiistai 17.30 - 20.30
 26.2.2019 - 12.3.2019
 Kurssimaksu 19,50 €
 Leipuri Riku Vilen

Ruoanvalmistus on hauskaa ja useimmiten myös helpoa. Tule rohkeasti valmistamaan kotoisia arkiruokia leppoisassa ilmapiirissä. Kurssimaksun lisäksi opiskelijoilta peritään kahdeksan euron raaka-ainemaksu kurssikertaa kohti.

2100404 HERKULLISET KASVISRUOAT

Kosken koulukeskus, kotitalousluokka, Lampitie 3
 Tiistai 17.30 - 20.30
 19.3.2019 - 26.3.2019
 Kurssimaksu 17,00 €
 Leipuri Riku Vilen

Kurssilla opitaan valmistamaan pääruokia ja jälkiruokia ensisijassa kotimaisista kasviksista, hedelmistä ja marjoista. Kurssimaksun lisäksi opiskelijoilta peritään kahdeksan euron raaka-ainemaksu kurssikertaa kohti.



TYKKÄÄ MEISTÄ
FACEBOOKISSA

2100405 MAKOISAT JÄLKIRUOAT

Kosken koulukeskus, kotitalousluokka, Lampitie 3
 Tiistai 17.30 - 20.30
 2.4.2019 - 9.4.2019
 Kurssimaksu 17,00 €
 Leipuri Riku Vilen

Jälkiruoka kruunaa hyvän aterian. Kurssilla valmistetaan erilaisia jälkiruokia kotimaisista marjoista ja hedelmistä eksoottisempiakaan ruoka-aineita unohtamatta. Kurssimaksun lisäksi opiskelijoilta peritään kahdeksan euron raaka-ainemaksu kurssikertaa kohti.

NETTI-ILMOITTAUTUMISET
www.somero-opisto.fi

PUUTARHANHOITO

2100202 SUUNNITTELE PIHAN OLESKELUALUE TOIMIVAKSI -TYÖPAJA

Kosken koulukeskus, Lampitie 3
 Tiistai 17.00 - 20.00
 19.3.2019 - 16.4.2019
 Kurssimaksu 22,00 €
 Hortonomi (AMK) Susanna Vainiola

Oleskelualue on pihasi sydän! Haluatko grillata, perustaa yrttimaan, viettää sukujuhlia, rentoutua vai ihan joutain muuta? Tule tekemään haaveistasi totta. Kurssin aikana pääset itse suunnittelemaan oman oleskelualueen, johon ideoit kasveja, materiaaleja ja rakenteita sekä opit mitoittamaan toiminnot yhteen ja ratkomaan pihan ongelmia. Kurssilla piirretään, joten kynä, paperia ja omat ideat mukaan! Kurssi ei kokoonnu 2.4.



Kevätjuhla

sunnuntaina 28.4.2019 klo 14

Kiiruun koulukeskuksen auditoriossa

Kevätnäyttelyt

sunnuntaina 28.4.2019 klo 10–16

Kiiruun koulukeskuksessa,
Kosken kirjastossa,
Terttilän Toukolassa

Taidekoulun näyttely

3.5.2019 alkaen
Someron kirjaston parvigalleriassa

SOMERO  **OPISTO**