

# SOMERO OPISTO

SYKSY 2019



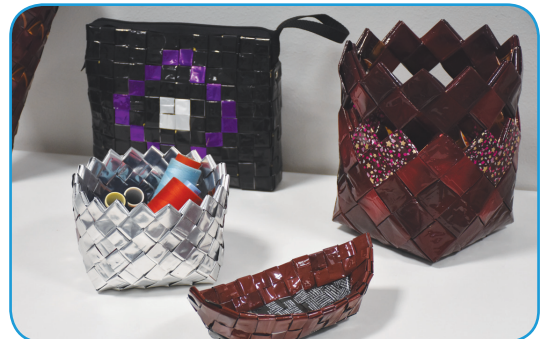


## SISÄLLYSLUETTELO

KURSSILLE ILMOITTAUTUMINEN .....	4
YHTEYSTIEDOT .....	5
REHTORIN TERVEHDYS .....	6
HYVÄ TIETÄÄ .....	7

SOMERO .....	12
AVOIN YLIOPISTO-OPETUS .....	12
TAITEEN PERUSOPETUS .....	15
LASTEN JA NUORTEN KURSSIT .....	19
LUENNOT .....	22
IHMINEN JA YHTEISKUNTA .....	24
KIELET .....	25
MUSIIKKI .....	28
KUVATAIDE JA LUOVA ILMAISU .....	32
KÄDENTAITOT .....	32
TIETOTEKNIikka .....	35
HYVINVOINTI JA LIIKUNTA .....	37
RUOANVALMISTUS .....	39

KOSKI .....	40
IHMINEN JA YHTEISKUNTA .....	40
KIELET .....	40
MUSIIKKI .....	41
KUVATAIDE .....	42
LUOVA ILMAISU, TANSSI JA SIRKUS .....	43
KÄDENTAITOT .....	44
TIETOTEKNIikka .....	45
HYVINVOINTI JA LIIKUNTA .....	46
RUOANVALMISTUS .....	46



Toimitus Riitta Ryhtä ja Anne Turkulainen  
Kannen kuva Ronja Ruotsala  
Valokuvat Opiston henkilökunta, Ronja Ruostela,  
Lotta Siltasaari ja Pixabay

Taitto Riitta Ryhtä  
Painopaikka Newprint Oy

# Kursseille ilmoittautuminen

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

**Ilmoittaudu maanantaina 19.8.2019 klo 17.30 alkaen.**

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

## PUHELINILMOITTAUTUMISET

Puhelinilmoittautumisia otetaan vastaan maanantaina 19.8.2019 klo 17.30–19.00.

**044 779 1270 koulutuskoordinaattori**

**044 779 1271 asiakaspalvelusihteri**

**044 779 1273 suunnittelijaopettaja**

**050 305 5017 Kosken yhdyshenkilö**

Ensimmäisen ilmoittautumisillan jälkeen puhelinilmoittautumiset ensisijassa asiakaspalvelusihterille:

- 20.8.–6.9. aamupäivisin
- 9.9. alkaen klo 15–19.30

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

## INTERNET-ILMOITTAUTUMISET

Kursseille voi ilmoittautua internetissä maanantaina 19.8.2019 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](http://www.somero-opisto.fi)**

Löydät ilmoittautumissivuston osoitteesta

**[www.opistopalvelut.fi/somero](http://www.opistopalvelut.fi/somero)**

Voit halutessasi harjoitella ilmoittautumista myös etukäteen ilmoittautumalla kurssille

### **0000001 ILMOITTAUTUMISEN HARJOITTELU**

Ongelmatapauksissa ota yhteys asiakaspalvelusihteriin tai koulutuskoordinaattoriin.

# Liity onnellisten oppijoiden joukkoon!

# 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.

Asiakaspalvelusihteeri työskentelee koulukeskuksessa opistokauden aikana maanantaista torstaihin klo 15–19.30 ja opistokauden ulkouolella maanantaista perjantaihin klo 9–12. Sovi tapaamisaika puhelimitse etukäteen ja/tai soita ovelta. Koulukeskuksen ovet ovat lukossa.

## TOIMIPAIKAT SOMEROLLA

Joensuun koulun teknisen työn tilat, Heikintie 35  
Kiiruun koulukeskus, Kiiruuntie 4 (päätoimipaikka)  
Kiiruun tila, Joensuuntie 22  
Kirkonmäen koulu, Kirkkotie 5  
Lamminniemen hyvinvointikeskus, Jänistie 1  
Majatalo Myötätuuli, Hämeenojantie 32  
SoLu:n kudontatila, Myllypellontie 10 E  
Toukola, Terttiläntie 736  
Toimintakeskus, Leivontie 5

## TOIMIPAIKAT KOSKELLA

Kirjasto – Koskisali, Hämeentie 12  
Koulukeskus ja liikuntahalli, Lampitie 3  
Kosken Nuortentupa, Härkätie 3  
Talolan koulu, Arkkilantie 2

## HENKILÖKUNTA

**Rehtori, sivistysjohtaja Minna Mäkelä-Rönholm**

Johto, hallinto ja kehittäminen.

Työskentelee kaupungintalolla.

Puh. 044 779 1230.

minna.makela-ronnholm@somero.fi

**Koulutuskoordinaattori Riitta Ryhtä**

Suunnittelu, viestintä, markkinointi ja koordinointi.

Someron kaupungin hyvinvointikoordinaattori.

Työskentelee Kiiruun koulukeskuksessa.

Puh. 044 779 1270.

riitta.ryhta@somero.fi

**Suunnitteliijaopettaja Anne Turkulainen**

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

Työskentelee Kiiruun koulukeskuksessa.

Puh. 044 779 1273.

anne.turkulainen@somero.fi

**Asiakaspalvelusihteeri Tiina Jankama**

Asiakaspalvelu ja vahtimestaritehtävät.

Työskentelee Kiiruun koulukeskuksessa.

Puh. 044 779 1271.

tiina.jankama@somero.fi

**Kosken yhdyshenkilö Pirkko Kesälä**

Puh. 050 305 5017.

pirkko.kesala@somero.fi

# Rehtorin tervehdys

---

Mistä Somero tunnetaan? Tavallisesti esille nousevat menestyneet somerolaiset muusikot ja urheilijat. Vähemmälle huomiolle on jäänyt vahva perinne kuvataiteessa. Tämän perinteen jatkumista halutaan edesauttaa Somero-opistossa tulevalla lukukaudella.

Lapsille ja nuorille tarjottua taiteen perusopetusta saavat jatkossa myös aikuiset. Opetuksen tarkoituksena on kehittää opiskelijan kuvataideosaamista ja vahvistaa identiteettiä taiteentekijänä. Opetus perustuu valtakunnalliseen opetussuunnitelmaan, ja opintojen kesto on noin kolme vuotta. Ryhmään mahtuu mukaan 18 opiskelijaa, joten varaathan paikkasi ajoissa.

Tulevalla kaudella kaupunkistrategian ja kehittämissuunnitelmien mukaisesti panostetaan opistossa lasten koululaiskerhotoiminnan kehittämiseen.

Näitä palveluita halutaan tarjota keskustan ulkopuolella, jossa vapaa-ajantoimintaa on vähän tarjolla. Oinasjärvellä tarjolla on koululaisille kuviskerho, jonka ohjaajana toimii paikallinen kuvataiteilija Keanne Van De Kreeke. Pitkäjärvellä aloittaa luovan ilmaisun kerho Olla-Riitta Aarikan vetämänä. Vastaava kerho käynnistyy myös Koskella. Lisäksi lapset voivat Koskella päästää luovuuden valloilleen tekemällä omia tanssikoreografioita tanssikursseilla tai temppuilemalla akrobatiakurssilla tanssiopettaja, sirkusartisti Reetta Kinnarin johdolla.

Muistathan tarjolla olevat ilmaiset luentomme!

Oppimisen iloa syksyyn 2019!

Minna Mäkelä-Rönholm  
Somero-opiston rehtori, sivistysjohtaja



# Hyvä tietää

## OPISKELUOIKEUS

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

## TYÖVUOSI JA LOMAT

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

**Syyslukukausi** 9.9.–5.12.2019

**Kevätlukukausi** 7.1.–26.4.2020

Kurssikuvauksissa on maininta syys- ja kevätlukukauden alkamis- ja päättymispäivistä. Taiteen perusopetuksen kurssit alkavat jo elokuun viimeisellä viikolla ja muutamat kurssit syyskuun ensimmäisellä viikolla.

**Syyslomaviikko** 14.–20.10.2019 (vk 42)

**Talvilomaviikko** 17.–23.2.2020 (vk 8)

Koulujen lomaviikkoina ei pääsääntöisesti järjestetä opetusta. Kurssit eivät kokoonnu myöskään kirkollisina juhlapäivinä, itsenäisyyspäivänä ja vapunpäivänä, eivätkä useimmiten myöskään aattopäivinä. Tarvittaessa varmistaa asia tästä opinto-oppaasta, internetsivuilta, opettajalta tai asiakaspalvelusihiteeriltä.

## OPINTORYHMÄN KOKO

Kurssi alkaa, kun sille on ennakkoilmoittautumisajan loppua ilmoittautunut vähintään kahdeksan opiskelijaa. Poikkeuksena yksilöopetus ja pienryhmäopetuksena järjestettävät kurssit.

## KURSSEILLE ILMOITTAUTUMINEN

Kursseille tulee ilmoittautua yleensä viimeistään viikkoa ennen ensimmäistä kokoontumiskertaa internetissä tai puhelimitse (ks. s. 4). Poikkeuksista on maininta kurssin tiedoissa. Myöhemminkin kannattaa tiedustella vapaita opiskelupaikkoja, mutta ilmoittautumisajan päättymisajankohdan opiskelijamäärä ratkaisee kurssin aloittamisen tai peruuntumisen.

Joillekin kursseille voidaan ottaa opiskelijoita vielä kurssin alettua. Vapaita paikkoja voi kysyä asiakaspalvelusihiteeriltä. Taiteen perusopetuksen vapaista oppilaspaikoista 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-tunnuksen.

## KURSSIPAIKKOJEN TÄYTTÄMINEN

Kurssipaikat täytetään pääsääntöisesti ilmoittautumisjärjestyksessä.

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 ilmoitaudu 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 kursilla, 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. Opettajalle kerrottu keskeytysilmoitus ei riitä.

Kurssimaksu laskutetaan kaikilta kursseille ilmoittautuneilta opiskelijoilta, jotka eivät ole peruuttaneet osallistumistaan tai ilmoittaneet keskeytyksestä edellä esitellyllä tavalla.

## PERUUTUSPAIKAN VASTAANOTTO

Joillekin kursseille ilmoittautuu opiskelijoita enemmän kuin mahtuu. Kurssin ulkopuolelle jääneet saavat jonotuspaikan ja jäävät odottamaan mahdollista peruutuksen myötä vapautuvaa paikkaa kursilla.

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 identifiointiseksi sekä kurssimaksujen laskutusta ja tilastointia varten. Henkilötunnus tarvitaan laskutuksessa. Tiedot muodostavat sähköisen henkilörekin. Tietosuojaseloste on luettavissa opiston verkkosivuilla.

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 osallistumistaan viimeistään viikon kuluessa kurssin alkamisesta. Lasku lähetetään siihen osoitteeseen, jonka opiskelija on antanut ilmoittautuessaan. 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 2019–2020 aikana vähintään 70 euroa.

Alennuksen saaminen edellyttää, että sitä haetaan joko

- valitsemalla verkossa ilmoittautumisen yhteydessä Opintosetelianomus-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 ja ePassin maksuvälineillä.

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 käden-taitojen kurssit.

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



## MAKSUOHJEITA

### Smartumin liikunta- ja kulttuurisetelit sekä mobiili- ja verkkomaksut

Smartumin verkkomaksu on sähköinen maksuväline, jolla koko maksu suoritetaan verkkomaksuna kurssille internetissä ilmoitauduttaessa.

Mikäli maksat kurssin Smartumin liikunta- tai kulttuuri-seteleillä 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 koko maksu suoritetaan verkkomaksuna kurssille internetissä ilmoitauduttaessa.

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](http://www.somero-opisto.fi)
- [www.vero.fi](http://www.vero.fi)
- [www.smartum.fi](http://www.smartum.fi)
- [www.epassi.fi](http://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.

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 ovessa 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.

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 luentoja, 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 aikana.

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

Kurssiehdotuksia otetaan vastaan ympäri vuoden internetsivuilta löytyvällä lomakkeella. Yhteyttä voi ottaa myös suoraan suunnittelijoihin. Mieluiten kuitenkin suunnittelu-aikaan keväisin ja syksyisin.

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

Kursseja suunniteltaessa seurataan toteutettujen kursseiden 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 henkilö-kuntaansa heidän huomioon ottamisessa.

Kun tarvitset tietoa tai apua esimerkiksi liikkumiseen tai 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>

### SOSIAALINEN MEDIA

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

[http://www.twitter.com/somero\\_opisto](http://www.twitter.com/somero_opisto)

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

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



# SOMERO

## *Avoim yliopisto-opetus*

Avoim yliopisto-opetus on nimensä mukaisesti avointa kaikille kiinnostuneille iästä ja pohjakoulutuksesta riippumatta.

Avoimen yliopiston opinnot voivat olla lähi-, monimuoto-opetusta tai verkko-opetusta. Monimuoto-opetus muodostuu ryhmäopetuksesta, jota järjestetään kansalaisopistoissa paikallisen tuutorin ohjauksessa sekä verkkoluennoista ja verkkotyöskentelystä. Opintosuoritukset voivat olla tenttejä tai kirjallisia oppimistehtäviä. Pääpaino opiskelussa on opiskelijan itsenäisessä työskentelyssä, ryhmäkokoontumisiin ja tentteihin valmistautumisessa sekä etätehtävien laatimisessa. Opintoryhmät kokoontuvat yleensä kerran viikossa tai harvemmin.

Avoimessa yliopistossa voi tutustua yliopiston opintoihin ja suorittaa opintoja, joita on mahdollista myöhemmin sisällyttää tai hyväksilukea eri oppilaitoksissa suoritettuihin opintoihin. Opinnoista voit myös muodostaa opintokokonaisuuksia, joilla on mahdollisuus hakea yliopiston tutkinto-opiskelijaksi avoimen väylän kautta.

Somero-opisto ja Salon kansalaisopisto valmistelevat yhteistyössä yliopistojen kanssa seudulla järjestettävää avoimen yliopiston opetusta kolmen vuoden ajanjaksolle.

## GERONTOLOGIAN PERUSOPINTOJA

### **1090605 JOHDATUS GERONTOLOGIAAN GERONTOLOGISEEN TUTKIMUKSEEN, 5 OP**

Kiiruun koulukeskus, ot 1132, A-ovi, Kiiruuntie 4  
Maanantai 17.30–19.45

Opintoryhmäkokoontumiset 9.9.2019–23.9.2019 ja verkkotyöskentely viikoilla 37 - 40.

Kurssimaksu 29,00 €,

Turun yliopiston opintomaksu 50 €

TtM Kirsi-Marja Kaarlela

Gerontologian 25 op:n perusopintokokonaisuuteen kuuluva Johdatus gerontologiaan -opintojakso järjestetään avoimena yliopisto-opetuksena yhteistyössä Turun yliopiston kanssa.

Opintojaksolla tutustutaan vanhenemisen vaikutuksiin, ihmisen fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn sekä gerontologiaan tieteenalana ja gerontologiseen tutkimukseen.

Kurssi sopii ammatilliseksi lisäkoulutukseksi terveys- ja sosiaalialalla työskenteleville. Sille voivat osallistua myös kaikki aihepiiristä kiinnostuneet sekä alan opiskelijat.



### **1090606 IKÄÄNTYNEEN ASIAKKAAN TERVEYS JA SEN ARVIOINTI, 5 OP**

Kiiruun koulukeskus, ot 1132, A-ovi, Kiiruuntie 4  
Maanantai 17.30 - 19.45  
16.3.2020 - 27.4.2020  
Kurssimaksu 29,00 €,  
Turun yliopiston opintomaksu 50 €  
TtM Kirsi-Marja Kaarlela

Gerontologian 25 op:n perusopintokokonaisuuteen kuuluva Ikääntyneen asiakkaan terveys ja sen arviointi -opintojakso järjestetään avoimena yliopisto-opetuksena yhteistyössä Turun yliopiston kanssa.

Opintojaksolla pohditaan hoitotieteen näkökulmaa ikääntyneen terveyteen ja terveysongelmiin sekä perehdytään terveyden ja terveysongelmien arviointimenetelmiin ja niiden analysointiin. Lisäksi tutustutaan ikääntyvien terveyteen liittyviin ajankohtaisiin erityiskysymyksiin.

Kurssi sopii ammatilliseksi lisäkoulutukseksi terveys- ja sosiaaalialalla työskenteleville. Sille voivat osallistua myös kaikki aihepiiristä kiinnostuneet sekä alan opiskelijat.

## **AIKUISKASVATUSTIETEEN PERUSOPINTOJA**

### **1010401 AIKUISKASVATUKSEN PSYKOLOGIA, 4 OP**

Kiiruun koulukeskus, ot 1130, A-ovi, Kiiruuntie 4  
Tiistai 17.30 - 19.45  
7.1.2020 - 12.2.2020  
Kurssimaksu 29,00 €,  
Turun yliopiston opintomaksu 50 €  
KM Kristiina Stigell

Avoimena yliopisto-opetuksena yhteistyössä Turun yliopiston kanssa järjestettävä 4 opintopisteen laajuinen opintojakso kuuluu Aikuiskasvatustieteen perusopintoihin.

Opintojaksolla perehdytään aikuiskasvatuksen psykologian keskeisiin suuntauksiin, aikuisiin oppijoina, aikuisen oppimisen erityiskysymyksiin, asiantuntijuuteen ja sen kehittämiseen sekä ammatilliseen kasvuun ja identiteettiin.

Opinnot sopivat kaikille aikuisen oppimisesta ja ohjauksesta kiinnostuneille sekä henkilöstön kehittäjille ja muille aikuisten parissa työskenteleville.



## **1010402 AIKUIS- JA TYÖELÄMÄN KOULUTUS, 5 OP**

Kiiruun koulukeskus, ot 1132, A-ovi, Kiiruuntie 4

Tiistai 17.30 - 19.45

25.2.2020 - 21.4.2020

Kurssimaksu 29 €,

Turun yliopiston opintomaksu 50 €

KM Kristiina Stigell

Avoimena yliopisto-opetuksena yhteistyössä Turun yliopiston kanssa järjestettävä 4 opintopisteen laajuinen opintojakso kuuluu Aikuiskasvatustieteen perusopintoihin.

Opintojaksolla perehdytään aikuiskasvatuksen toimintakenttään, aikuiskoulutuksen ajankohtaisiin ja kansainvälisiin kysymyksiin. Käsiteltäviä teemoja ovat: työelämä, oppiminen ja osaamisen kehittäminen sekä koulutus aikuisen elämässä. Lisäksi pureudutaan aikuispedagogisiin kysymyksiin.

Opinnot sopivat kaikille aikuisen oppimisesta ja ohjauksesta kiinnostuneille sekä henkilöstön kehittäjille ja muille aikuisten parissa työskenteleville.

## **AVOIMEN YLIOPISTON KURSSEILLE ILMOITTAUTUMINEN**

Somerolla järjestettäville avoimen yliopiston kursseille tulee ilmoittautua viimeistään viikkoa ennen ensimmäistä kokoontumiskertaa. Myöhemminkin voi tiedustella vapaita opiskelupaikkoja.

Opiskelijoiden tulee ilmoittautua opiston lisäksi myös yliopistoon. Ilmoittautuminen tapahtuu internetissä sen jälkeen kun opintojen alkaminen Somerolla on varmistunut. Opiskelijalle lähetetään ilmoittautumisosoite sähköpostitse ennen kurssin alkua.

## **TENTIT**

Somerolla järjestettävien avoimen yliopiston kurssien tentit järjestetään Somerolla. Tenttiin tulee ilmoittautua sähköpostitse osoitteeseen somero-opisto@someero.fi. Ilmoittauduttaessa tulee mainita tentin päivämäärä, oppiaine ja opintojakson nimi sekä tenttijän nimi.

Opiskelijalla on oikeus osallistua suoritettavan opintojakson tenttiin kolme kertaa. Opintojakson varsinaiseen (ensimmäiseen) tenttiin osallistuminen sisältyy kurssimaksuun. Uusintatenttiin (toinen ja kolmas) osallistuminen on maksullista riippumatta siitä onko opiskelija osallistunut varsinaiseen tenttiin. Uusintatenttimaksu 12 euroa.

## **LISÄTIETOJA INTERNETISSÄ**

[www.somero-opisto.fi](http://www.somero-opisto.fi)

[www.avoin.utu.fi](http://www.avoin.utu.fi)



# Taiteen perusopetus

## SOMERO-OPISTON TAIDEKOULU

Taidekoulu on Somero-opiston osasto, joka antaa yleisen oppimäärän mukaista kuvataiteen perusopetusta Somerolla. Taiteen perusopetus on lapsille, nuorille ja aikuisille tarkoitettua tavoitteellista ja tasolta toiselle etenevää opetusta, joka perustuu lakiin taiteen perusopetuksesta.

Taidekoulun tehtävänä on tukea oppilaan kuvataiteen opiskelua määrätietoisesti ja pitkäjänteisesti. Opiskelu pohjautuu oppilaan visuaalisen ajattelun ja taidon kehittämiseen. Opintojen aikana oppilas saa yleissivistävää tietoa kuvataiteesta, sen taustoista ja kehitymisestä tähän päivään. Tämä avaa oppilaalle mahdollisuuden ymmärtää ihmisyyttä, kulttuurien välisiä eroja sekä yhteneväisyyksiä ja sitä kautta taiteen merkitystä yhteiskunnassa. Opintoihin kuuluvien harjoitusten avulla kehitetään oppilaan luovaa ajattelua, motorisia taitoja ja kykyä hahmottaa maailmaa kolmiulotteisesti.

Taidekoulun arvoperustana on tasa-arvoinen ihmiskäsitys ja ekologiset työtavat sekä materiaalit. Opetuksessa vahvistetaan oppilaiden omaehtoista ilmaisua, tulkintaa ja arvottamisia. Opetus antaa valmiuksia hakeutua myöhempiin alan opintoihin.

Someron sivistyslautakunnan hyväksymä, Somerolla annettavan visuaalisen taiteen perusopetuksen opetussuunnitelma, on luettavissa opiston internet-sivuilla.

Taidekoulun opetus on maksullista. Lasten ja nuorten ryhmissä kurssimaksu sisältää opetuksen sekä opiskelussa tarvittavat välineet ja materiaalit. Aikuisten ryhmissä kurssimaksu ei sisällä harjoituksissa käytettäviä materiaaleja.

## VALMENTAVAT OPINNOT

Taidekoulu tarjoaa varhaisiän opetusta esikouluikäisille ja niille alakoulun ensimmäisen luokan oppilaille, jotka eivät ole vielä aloittaneet taiteen perusopetusta. Sen tavoitteena on olla valmentavaa opetusta tulevaan taiteen perusopetukseen, mutta se ei sisällä virallisia taiteen perusopetuksen tavoitteita.

Valmentavan opetuksen suorittaneet oppilaat tulevat ensisijaisena valituksi aloittamaan taiteen perusopetuksen ryhmään. Valmentavaa opetusta tarjotaan aloitettavaksi joka toinen vuosi vastavuoroisesti alkavan taiteen perusopetuksen ryhmän kanssa.

Valmentavan opetuksen ryhmään otetaan 12 oppilasta ilmoittautumisjärjestyksessä kuten muillekin opiston kurseille 19.8.2019 klo 17.30 alkaen internetissä tai puhelimitse. Ks. sivu 4.

### **1050101 TAITEEN PERUSOPETUS VALMENTAVA – 6-7-VUOTIAAT**

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4

Torstai 17.30–18.30

12.9.2019–28.11.2019 ja 9.1.2020–23.4.2020

Kurssimaksu 43,50 €

B.A., artonomi (AMK) Piritta Kämi-Conway

Taiteen perusopetukseen valmentava kurssi on tarkoitettu esikouluikäisille ja perusopetuksen ensimmäisen luokan oppilaille. Ryhmässä tutustutaan leikinomaisesti käsitöihin ja kuvataiteeseen, tukien samalla lapsen mielikuvituksen ja luovuuden kehittymistä. Kurssimaksu sisältää opetuksen sekä opiskelussa tarvittavat välineet ja materiaalit.

## YHTEISET OPINNOT

Yhteisten opintojen tavoitteena on kehittää oppilaan kuvallisen ajattelun perustaitoja. Oppimisessa on keskeisenä omien kokemusten, ajatusten ja tunteiden pohdinta sekä niiden työstäminen visuaaliseen muotoon. Opiskelu etenee teemoittain, rauhallisesti ja pitkäkestoisesti. Tehtävänannoissa pyritään antamaan oppilaan omalle ideoinnille vapauksia ja kasvattamaan taiteen opiskelun motivaatiota oppilaslähtöisestä ajattelusta. Oppilas harjoittelee myös toisten huomioon ottamista ja työhön keskittymistä sekä oman työtilan ja työvälineiden huoltamista.

Taidekoulu tarjoaa opetusta joka toinen vuosi alkaville ryhmille. Oppilaiden sijoittuminen ryhmään katsotaan vastaamaan oppilaan luokka-astetta alakoulun puolella.

Kurssit ovat täynnä, mutta mahdollisia myöhemmin vapautuvia paikkoja ja puuttuvien opintojen korvaavuuksia voi tiedustella suunnittelijaopettaja Anne Turkulaiselta p. 044 779 1273.

### 1050102 TAITEEN PERUSOPETUS 2

#### – 8-9-VUOTIAAT

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Tiistai 17.00–18.30

27.8.2019–10.12.2019 ja 7.1.2020–21.4.2020

Kurssimaksu 65,00 €

KM, suunnittelijaopettaja Anne Turkulainen

Seikkaillaan satujen ja mielikuvituksen maailmassa, valmistuen taidetta sekä yksin että ryhmässä.

### 1050104 TAITEEN PERUSOPETUS 4

#### – 10-11-VUOTIAAT

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Maanantai 15.15–16.45

26.8.2019–9.12.2019 ja 13.1.2020–4.5.2020

Kurssimaksu 65,00 €

KM, suunnittelijaopettaja Anne Turkulainen

Työskentelyssä mielikuvitus sulautuu oppilaan omiin aistihavaintoihin lähiympäristöstä.





## TEEMAOPINNOT

Yhteisten opintojen jälkeen Taidekoulun oppilas aloittaa teemaopinnot. Teemaopinnot ovat taidollisesti syventäviä opintoja ja voivat olla samalla poikkeataiteellisia opintoja. Oppilas opiskelee teemaopintoja oman mielenkiinnon ja tarjolla olevien vaihtoehtojen mukaan. Opintojen viimeiseksi opinnoiksi suositellaan päättötyön tekemistä. Teemaopintojen kesto on vähintään 200 tuntia ja yhteensä 3 vuotta.

Teemaopintojen tavoitteena on kuvataiteen taitojen ja tietojen laajentaminen, visuaalisen ajattelun ja ilmaisun kehittäminen sekä elinikäisen taidesuhteen löytyminen. Oppilasta kannustetaan löytämään oma osaamisalue ja syventämään siinä osaamistaan.

Kysy vapaana olevia paikkoja ja mahdollisia puuttuvien opintojen korvaavuuksia suunnittelijaopettaja Anne Turkulaiselta p. 044 779 1273.

### 1050105 TAITEEN PERUSOPETUS; GRAAFINEN SUUNNITTELU – 13–19-VUOTIAAT

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Maanantai 17.00–19.00  
26.8.2019–9.12.2019  
Kurssimaksu 65,00 €  
KM, suunnittelijaopettaja Anne Turkulainen

Opinnoissa keskitytään viestintä- ja markkinointisuunnittelun alkeisiin. Suunnittelussa kehitetään visuaalisen ilmaisun taitoja joko perinteisesti tai digitaalisesti erilaisen pakkaus-, juliste- ja logo-tehtävien avulla.



SEURAA MEITÄ  
INSTAGRAMISSA



### 1050106 TAITEEN PERUSOPETUS; OMAT KUVAT – 13–19-VUOTIAAT

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Torstai 15.15–17.15  
29.8.2019–12.12.2019 ja 9.1.2020–23.4.2020  
Kurssimaksu 95,00 €  
KM, suunnittelijaopettaja Anne Turkulainen

Opinnoissa keskitytään oppilaan omaan tavoitteelliseen kuvailmaisuun ja hänelle merkitykselliseen kuvantekemiseen. Oppilasta rohkaistetaan käyttämään hänelle soveltuvaa piirustusta ja maalausta yhdistelevää työskentelytapaa sekä kuvallisen kerronnan ja väri-ilmaisun keinoja. Teosten suunnittelun lähtökohdissa kannustetaan oppilasta tarkastelemalla taiteiden- ja tieteidenvälisyyttä ja arvojen merkitystä omassa elinympäristössä sekä ympäröivässä yhteiskunnassa.

## AIKUISTEN KUVATAITEEN OPETUS

Aikuisten yleisen oppimäärän mukainen kuvataiteen perusopetuksen kesto on yhteensä 500 oppituntia, joka jaetaan yhteisiin opintoihin 300 ot ja teemaopintoihin 200 ot. Opintojen kokonaiskesto on kolme-neljä vuotta.

Yhteiset opinnot suoritetaan kahdessa vuodessa, tästä ajasta yhden lukuvuoden kokonaiskesto on 150 ot. Teemaopinnot suoritetaan yhdessä tai kahdessa vuodessa, opetustarjonnan ja päättötyön valmistumisen nopeuden mukaisesti. Opiskelu aika sisältää myös itsenäisen työskentelyn osuuksia.

Opintoja tarjotaan aloitettavaksi kolmen vuoden välein, edellisten opintojen loputtua. Opiskelijoilta veloitetaan säännöllistä läsnäoloa ja sitoutumista opintojen ajan. Opiskelijoille lähetetään tarkemmat tavoitteet ja sisältöalueet lukukauden alussa.

Aikuisten opintojen tavoitteena on syventää aikuisen oppijan henkilökohtaista suhdetta kuvataiteeseen sekä tukea hänen identiteettiään taiteentekijänä.

Opetuksessa perehdytään monipuolisesti nykyaiteelle ominaisiin toimintatapoihin, ilmaisukeinoihin ja käsitteisiin sekä tunnustetaan itselle merkityksellisiä kuvataiteen ja muun visuaalisen kulttuurin ilmiöitä. Opinnot kehittävät käsitteellistämisen, sanallistamisen ja kriittisen ajattelun valmiuksia.

Opiskelijaa ohjataan pitkäjänteisten oppimistavoitteiden asettamiseen, elämänhistoriansa ja -kokemustensa tutkimiseen taiteellisen toiminnan lähtökohtana sekä oman kuvallisen ilmaisun kriittiseen reflektointiin.

Aikuisten taiteen perusopetuksen vastuupettajana toimii suunnittelijaopettaja Anne Turkulainen.



**TYKKÄÄ MEISTÄ  
FACEBOOKISSA**

## 1050107 AIKUISTEN TAITEEN PERUSOPETUS; YHTEISET OPINNOT – ATPO 1

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Keskiviikko 17.00–20.15

28.8.2019–4.12.2019 ja 8.1.2020–20.5.2020

Kurssimaksu 252,00 €

Vaihtuvat opettajat

Aikuisten kuvataiteen perusopinnot kestävät kaikkiaan 3–4 vuotta, jonka aikana opiskelija sitoutuu osallistumaan kesäkuukausia lukuun ottamatta viikoittaiseen opetukseen. Ensimmäisen lukuvuoden opetus sisältää useita opintojaksoa, joilla kullakin on oma nimike ja oppimisalue kuvataiteessa. Kutakin jaksoa vetää aihe-alueeseen perehtynyt yksi tai useampi opettaja. Ryhmän kokoontumisajat voivat vaihdella.

Ryhmään otetaan 18 opiskelijaa ilmoittautumisjärjestyksessä kuten muillekin opiston kursseille 19.8.2019 klo 17.30 alkaen internetissä tai puhelimitse. Ks. sivu 4.



## Lasten ja nuorten kurssit

### MUSKARIT

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

Muskareihin ilmoittaudutaan lapsen nimellä viimeistään viikkoa ennen ensimmäistä kokoontumiskertaa, ja paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä.

Opetuksesta vastaa MuM, musiikkipedagogi (AMK) Sanna Rantanen.

Kaikkien muskarien kurssimaksu on 19,50 € lapselta.

### VAUVA-, MUKSU- JA SISARUSMUSKARIT

Vauva-, muksu- ja taaperomuskarit ovat lapsen ja aikuisen yhteisiä musiikkituokioita. Lauletaan, loruillaan, soitetaan ja liikutaan musiikin mukana. Iloitaan yhdessä musiikista!

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

#### 1049901 VAUVAMUSKARI A

Maanantai 9.30–10.00  
9.9.2019–2.12.2019

#### 1049902 SISARUSMUSKARI A

Maanantai 10.15–10.45  
9.9.2019–2.12.2019

#### 1049903 SISARUSMUSKARI B

Maanantai 17.00–17.30  
9.9.2019–2.12.2019

#### 1049904 SISARUSMUSKARI C

Perjantai 9.30–10.00  
6.9.2019–29.11.2019

#### 1049905 MUKSUMUSKARI A

Maanantai 11.00–11.30  
9.9.2019–2.12.2019

#### 1049906 MUKSUMUSKARI B

Maanantai 17.45–18.15  
9.9.2019–2.12.2019

### MUSKARIT 3–6-VUOTIAILLE

Isommille lapsille suunnatuissa muskareissa ”sukellaan” musiikin elämykselliseen maailmaan laulaen, musiikkia kuunnellen, soittaen keho- ja rytmisoittimia, liikuen sekä tanssien. Opitaan musiikillisia peruskäsitteitä sekä kehitetään rytmi- ja melodiatajua.

#### 1049907 MUSKARI 3–4-VUOTIAAT B

Perjantai 10.15–11.00  
6.9.2019–29.11.2019

#### 1049908 MUSKARI 3–4-VUOTIAAT A

Torstai 17.00–17.45  
12.9.2019–5.12.2019

#### 1049909 MUSKARI 5–6-VUOTIAAT

Torstai 18.00–18.45  
12.9.2019–5.12.2019

## KOULULAISKERHOT

**1059901 IHMEELLINEN MAAILMANRETKI –  
KUVISKERHO KOULULAISILLE**

UUTUUS

Oinasjärven koulu, Helsingintie 2103  
Maanantai 14.00–15.00  
9.9.2019–2.12.2019 ja 13.1.2020–6.4.2020  
Kurssimaksu 29,50 €  
Kuvataiteilija, KuM Keanne Van De Kreeke

Kaikille koulun oppilaille avoimessa ryhmässä pohditaan omaa turvallista ympäristöä. Ajatusten pohjalta lähdetään mielikuvitusmatkalle maailmalle teemalla ”Ihmeellinen maailmanretki”. Matkan varrella tehdään omia kuvataideteitä maalaten, piirtäen ja muotoillen. Matka päättyy turvallisesti kotiin ja valmistuneet työt taltioidaan omaan laatikkoon. Kurssilla käytettävät materiaalit saadaan lahjoituksena LC Somero/Paratiisilta.

**1060402 LUOVAN ILMAISUN KERHO  
KOULULAISILLE**

UUTUUS

Pitkäjärven koulu, Turuntie 1300  
Torstai 14.00–15.00  
12.9.2019–5.12.2019 ja 9.1.2020–2.4.2020  
Kurssimaksu 29,50 €  
B.A. Olla-Riitta Aarikka

Alakoulun oppilaille suunnatulla kurssilla harjoitellaan teatterintekemisen perusteita, äänenkäyttöä, liikkumista, improvisaatiota, näyttelemistä ja esiintymistä.



SEURAA MEITÄ  
INSTAGRAMISSA

## MUUT LASTEN JA NUORTEN KURSSIT

**1029901 LASTEN TIEDEPAJA**

Kiiruun koulukeskus, ot 1077, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Maanantai 17.00–18.30  
9.9.2019–2.12.2019  
Kurssimaksu 50,00 €, sisältää materiaalit  
Richard Conway

Tutustutaan tieteen jännittävään maailmaan testaamalla fysiikan lakeja ja kemiallisia reaktioita. Lapsia kannustetaan pohtimaan arjen ilmiöitä tieteen näkökulmasta ja tuetaan elinikäisen oppimisen alkutaivalta tieteen maailmassa. Hauskaa ja jännittävää puuhaa 1–4-luokkalaisille lapsille. Ensisijalla uudet oppilaat. Kurssi toimii myös englannin kielikylpynä, sillä skotlantilainen opettaja käyttää opetuksessa suomen lisäksi englantia.

**1040501 NUORISOKUORO**

Kiiruun koulukeskus, ot 1023, A-ovi, Kiiruuntie 4  
Maanantai 18.00–19.30  
9.9.2019–2.12.2019 ja 13.1.2020–27.4.2020  
Kurssimaksu 39,50 €  
Musiikin lehtori, MuM Katriina Helmi

Kurssilla opetellaan äänenmuodostus- ja hengitystekniikkaa, stemmalaulua ja fraseerausta kevyen musiikin tahdissa. Ohjelmistossa on poppia, rockia ja laulelmaa ryhmän kiinnostuksen mukaan. Sopii kaikille laulamisesta innostuneille 13–19-vuotiaille nuorille, myös pojille! Uudet laulajat tervetuloa!

**1059902 VÄRILEIKKI 2–6 -VUOTIAILLE**

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Tiistai 16.00–17.00  
10.9.2019–3.12.2019 ja 7.1.2020–21.4.2020  
Kurssimaksu 48,00 €  
B.A., arthenomi (AMK) Piritta Kämi-Conway

Lasten värileikissä kurkistetaan taiteen maailmaan tutustumalla leikin avulla erilaisiin väreihin, muotoihin ja materiaaleihin. Samalla kehitetään lapsen motorikkaa taiteilemalla pieniä taideteoksia. Kurssimaksu sisältää myös harjoitustöissä käytettävät materiaalit.

## **1060401 LASTEN JA NUORTEN TEATTERI-ILMAISU**

Kiiruun koulukeskus, ot 2071, A-ovi, Kiiruuntie 4  
Torstai 15.30–17.00  
12.9.2019–28.11.2019  
Kurssimaksu 24,50 €  
Draamaopettaja, FM Helena Jalo ja  
B.A. Olla-Riitta Aarikka

Kaiken ikäisille lapsille ja nuorille suunnatulla kurssilla harjoitellaan teatterintekemisen perusteita: äänenkäyttöä, liikkumista, improvisaatiota, läsnäoloa, keskittymistä ja rentoutumista. Kurssille pyritään saamaan myös vierailevia opettajia vaikkapa mimiikan, tanssin tai akrobatian alalta. Kurssi liittyy Someron Kulttuuri ry:n lastenkulttuurihankkeeseen.

## **1070901 LASTEN PUUTYÖKURSSI**

Joensuun koulu, puutyöluokka, Heikintie 35  
Maanantai 17.00–18.30  
9.9.2019–9.12.2019 ja 13.1.2020–20.4.2020  
Kurssimaksu 61,50 €, sisältää käytettävät materiaalit  
Puuseppä Jesse Tulokas

Lasten puutyökurssilla harjoitellaan puuntyöstämisen perusasioita, kuten sahaamista, poraamista ja naulaamista sekä puuliimalevyn valmistusta. Töihin voidaan yhdistää myös metallia. Tehtäviä töitä voivat olla saapasrenki, tuhkalapio, avainkaappi, työkalupakki, leikkuulauta ja naulakko. Kurssi on suunnattu alakoulun 3–6-luokkaisille. Kurssimaksu sisältää harjoitustöissä käytettävät materiaalit.

## **1079901 KÄSSÄPAJA 1–4-LUOKKALAISILLE**

Kiiruun koulukeskus, ot 1078, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Torstai 15.45–17.15  
12.9.2019–28.11.2019 ja 9.1.2020–23.4.2020  
Kurssimaksu 57,00 €, sisältää käytettävät materiaalit  
B.A., artonomi (AMK) Piritta Kämi-Conway

Kurssilla tutustutaan erilaisiin käsityön tekemisen tapoihin, tekniikoihin ja materiaaleihin, ja kannustetaan oppilaita jatkamaan niiden harrastamista omatoimisesti myös vapaa-ajallaan. Kurssin aikana harjoitellaan muun muassa käsinompelun, kirjonnin, huovutuksen, kankaanpainannan ja lankatöiden taitoja. Kurssimaksu sisältää myös harjoitustöissä käytettävät materiaalit.

## **1079902 KÄSSÄPAJA 5–9-LUOKKALAISILLE**

Kiiruun koulukeskus, ot 1078, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Tiistai 15.15–16.45  
10.9.2019–3.12.2019 ja 7.1.2020–14.4.2020  
Kurssimaksu 61,50 €, sisältää materiaalit  
KM, suunnittelijaopettaja Anne Turkulainen

Kurssilla perehdytään erilaisiin käsityön tekemisen tapoihin, tekniikoihin ja materiaaleihin, sekä kannustetaan oppilaita jatkamaan niiden harrastamista omatoimisesti myös vapaa-ajallaan. Kurssin aikana syvennetään ompelun, kirjonnin, kudonnan, kankaanpainannan ja lankatöiden taitoja. Kurssimaksu sisältää myös harjoitustöissä käytettävät materiaalit.

## **MUITA LAPSILLE JA NUORILLE SOPIVIA KURSSEJA**

Lapsille ja nuorille sopivia kursseja ovat myös muun muassa taiteen perusopetuksen kurssit, jotka löytyvät sivuilta 15–17 sekä pianon-, kitaran- ja harmonikansoitokurssit, jotka löytyvät oppaan sivulta 28–29.

**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).**

## HISTORIA

### **TALVISOTA – RATKAISUN HETKET KANNAKSELLA**

Tiistai 8.10.2019 klo 18.00–19.30

Seppo Posio luennoi Talvisodasta ja ratkaisun hetkistä Kannaksella lähteinään haastattelemiensa sotilaitten kertomukset, sotahistorian dokumentit ja SA kuvat. Ylimääräisistä harjoituksista (YH) päätettiin lokakuussa 80 vuotta sitten. Maksuton luento järjestetään yhteistyössä Someron Karjalaseuran kanssa.

### **SUOMENHEVONEN – VAPAAN ISÄNMAAN AIRUT**

Tiistai 5.11.2019 klo 18.00–19.30

Seppo Posio kertoo Suomenhevosen merkityksestä taloudelle ja maanpuolustukselle sekä rodun synnystä ja jalostuksesta. Posio esittää luennolla myös aiheeseen liittyvää Suomen Filmiarkiston ja SA:n filmi- ja kuvamateriaalia sekä kuvia omasta hevosharrastuksesta. Maksuton luento järjestetään yhteistyössä Someron Karjalaseuran kanssa.

## HYVINVOINTI

### **RAKENNETAAN NUORI VAHVAKSI**

Maanantai 4.11.2019 klo 18.00 - 19.30

Kasvatustieteen tohtori, erityispedagogi Erja Sandberg pohjaa luentonsa positiivisen psykologiaan ja pedagogiikkaan nuoruusvaiheeseen kohdistettuna. Käydään läpi muutamia positiivisen psykologian tärkeitä taustajatuksia sekä tutkitun viitekehityksen pedagogiikan toteuttamista nuorille. Kohderyhmänä sekä nuorten arjesa mukana olevat ammattilaiset että vanhemmat. Maksuton hyvinvointiluento.

### **RUOKA- JA RAVITSEMUSTIETOUTTA DIABEETIKOILLE**

Tiistai 12.11.2019 klo 17.30–19.00

Diplomiravintoneuvoja Tuulikki Heikkilä kertoo miten voit ravitsemuksen avulla itse vaikuttaa diabeteksen hoitotasapainoon ja omaan hyvinvointiisi. Maksuton hyvinvointiluento.

# Liity onnellisten oppijoiden joukkoon!

## IKÄÄNTYVIEN YLIOPISTON VERKKOLUENNOT

Jyväskylän kesäyliopiston toteuttamat verkkoluennot järjestetään Jyväskylässä ja välitetään internetissä usealle paikkakunnalle ympäri Suomea. Somerolla niitä pääsee seuraamaan Kiiruun koulukeskuksen auditorion valkokankaalta. Verkkoluennot ovat maksuttomia.

### IKÄÄNTYMINEN JA MUISTISAIRAUDET

Keskiviikko 2.10.2019 klo 14.00–16.00

Gerontologian dosentti, filosofian tohtori Ulla Elonmi-Sulkava luennoi muistisairauksien ennaltaehkäisyä ja hoidon mahdollisuuksista. Luennoitsija työskentelee Tampereen yliopistossa ja Gerontologian tutkimuskeskuksessa (GEREC).

### TOIMINTAKYVYTTÖMYYTEEN VARAUTUMINEN

Keskiviikko 16.10.2019  
klo 14.00–16.00

Dosentti, oikeustieteen tohtori Eva Gottberg Turun yliopistosta luennoi toimintakyvyttömyyteen varautumisesta. Käsiteltäviä aiheita ovat omaisten apu, edunvalvonta ja edunvalvontavaltuutus.

### IKÄIHMISTÄ HUIMAA

Keskiviikko 30.10.2019  
klo 14.00–16.00

Yleislääketieteen erikoislääkäri, lääketieteen lisensiaatti Jaako Halonen Terveystalosta luennoi ikääntyneiden huimauksen syistä ja hoidoista.

### IKÄÄNTYVÄ IHO

Keskiviikko 13.11.2019 klo 14.00–16.00

Päijät-Hämeen Keskussairaalan osaston ylilääkäri, ihotautilien erikoislääkäri Kari Saarinen luennoi ihon ikääntymisestä.

### PITKÄN IÄN SALAT, ILOT JA HUOLET

Keskiviikko 27.11.2019 klo 14.00–16.00

Jyväskylän kesäyliopiston välittämällä verkkoluennolla gerontologian professori Marja Jylhä Tampereen yliopistosta luennoi pitkän iän salaisuuksista, iloista ja huolista. Maksuton luento on ikääntyvien yliopiston tarjontaa.



## *Ihminen ja yhteiskunta*

### **1010101 TARINOITA SOMEROLTA**

Kiiruun koulukeskus, ot 1084, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Tiistai 9.30–11.00  
10.9.2019–3.12.2019  
Kurssimaksu 24,50 €  
FK Kaija Parko

Tarinoiden avulla valaistaan 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.

### **1010801 SIOJITTAMISEN PERUSTEET**

**UUTUUS**

Kiiruun koulukeskus, ot 1084, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Keskiviikko 18.30–20.15  
23.10.2019–27.11.2019  
Kurssimaksu 59,00 €  
Yrittäjä Hannu Heikkilä

Oletko pohtinut mitä sijoittamisella tarkoitetaan, miten sijoittaminen käytännössä tapahtuu ja minkälaisia asioita tulee huomioida sijoitussuunnitelmaa laadittaessa? Koulutus on suunnattu keille tahansa sijoittamisen aloittamista harkitseville tai sijoittajauransa alussa oleville, jotka haluavat vahvistaa osaamistaan. Kurssilla opiskellaan sijoittamisen perusasioita, kuten sijoitussuunnitelman rakentamista, riskienhallintaa ja verotuskysymyksiä. Lisäksi tutustutaan tavallisimpiin sijoitustuotteisiin ja tuottojen muodostumiseen. Kurssi järjestetään yhteistyössä Someron osakesäästäjät ry:n kanssa, jonka puheenjohtajana kouluttaja toimii.

### **1010701 ENSIAVUN PERUSKURSSI-EA1**

Kiiruun koulukeskus, ot 1084, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Lauantai 9.00–15.30  
21.9.2019–5.10.2019  
Kurssimaksu 45,00 €  
Sairaanhoitaja, terveydenhoitaja, ETK Mari Salo

SPR:n ensiavun peruskurssi antaa perustiedot ja -taidot hätätilanteessa ja tavallisimmissa sairaus- ja onnettomuustilanteissa auttamiseen. EA1-kurssin suorittamisesta saa todistuksen, joka on voimassa kolme vuotta. Kurssipäivät 21.9. ja 5.10. Kurssimaksu sisältää opetuksen ja todistuksen.





### 1010702 LASTEN ENSIAPUKURSSI

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1133, A-ovi, Kiiruuntie 4  
Maanantai 17.00–20.15

30.9.2019

Kurssimaksu 25,00 €

Sairaanhoitaja, terveydenhoitaja, ETK Mari Salo

Lasten vanhemmille, lasten parissa työskenteleville ja lasten harrastustoiminnassa mukana oleville suunnatulla kurssilla opiskellaan erityisesti lapsille annettavaa ensiapua.

### 1010703 ENSIAVUN KERTAUSKURSSI

Kiiruun koulukeskus, ot 1133, A-ovi, Kiiruuntie 4  
Maanantai 17.00–20.15

28.10.2019

Kurssimaksu 25,00 €

Sairaanhoitaja, terveydenhoitaja, ETK Mari Salo

Kurssilla opiskellaan ja kerrataan hätäensiaputaitoja. Jos olet suorittanut EA1- tai EA2-kurssin kolmen vuoden sisällä, voit tämän kurssin suorittamalla jatkaa EA-todistukseksi voimassaoloaikaa toiset kolme vuotta.

## Kielet

### 1030101 SUOMEA VENÄJÄNKIELISILLE

Kiiruun koulukeskus, ot 1130, A-ovi, Kiiruuntie 4

Tiistai ja torstai 19.00–20.30

10.9.2019–3.12.2019

FM Julia Topchii

Suomen kielen jatkokurssi ensisijassa venäjänkielisille. Alun kertauksen jälkeen jatketaan opiskelua oppikirjan Suomenmestari 2 kappaleesta 5 eteenpäin. Kurssi on maksuton.

### 1030201 ENGLISH CAFÉ – EVENING GROUP

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

Maanantai 19.00–20.30

9.9.2019–2.12.2019 ja 13.1.2020–6.4.2020

Kurssimaksu 37,00 €

Richard Conway

Come and practice your conversational English over coffee and biscuits. Forget the stress of formal teaching and the traditional classroom structure that may hold you back. Let your conversation flow naturally as if you were with friends in a café.

### 1030202 ENGLISH CAFÉ – DAY GROUP

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

Tiistai 12.00–13.30

10.9.2019–3.12.2019 ja 14.1.2020–7.4.2020

Kurssimaksu 37,00 €

Richard Conway

Come and practice your conversational English over coffee and biscuits. Forget the stress of formal teaching and the traditional classroom structure that may hold you back. Let your conversation flow naturally as if you were with friends in a café.

**1030203 ENGLISH FOR YOU TOO 4**

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

Keskiviikko 10.00–11.30

11.9.2019–4.12.2019 ja 8.1.2020–1.4.2020

Kurssimaksu 37,00 €

B.A. Olla-Riitta Aarikka

Tule opiskelemaan englantia mukavassa päiväryhmässä rauhalliseen tahtiin. Kurssille ovat tervetulleita sekä viime lukuvuonna alkeisjatkokurssilla mukana olleet sekä uudet englantia jo jonkun verran osaavat. Oppikirja: English for You Too, Book 4.

**1030204 ARKIENGLANTIA**

Kiiruun koulukeskus, ot 2071, A-ovi, Kiiruuntie 4

Torstai 17.30–19.00

12.9.2019–28.11.2019

Kurssimaksu 24,50 €

B.A. Olla-Riitta Aarikka

Koetko ymmärtäväsi melko hyvin englanninkielistä puheetta, mutta oma puheilmainsi kaipaa mielestäsi hiomista? Kurssilla kerrataan arkista sanastoa ja kielioppia sekä harjoitellaan puhekielen lauserakenteita.

**1030301 CLUB DE ESPAÑOL EN SOMERO**

Kiiruun koulukeskus, ot 1125, A-ovi, Kiiruuntie 4

Keskiviikko 17.00–18.30

11.9.2019–4.12.2019 ja 8.1.2020–15.4.2020

Kurssimaksu 39,50 €

FM Päivi Leikkonen

Tutustuminen espanjan kieleen ja kulttuuriin jatkuu! Myös uudet opiskelijat ovat tervetulleita iloiseen ryhmäämme, kunhan kielen perusasiat ovat jo melko hyvin hallussa. Uutena asiana opimme käyttämään subjunktiivia, mutta samalla vahvistamme monin tavoin jo aiemmin opittua, kuten preteritin ja imperfektin käyttöä.

Kurssin perusajatus on käytännönläheinen ja aktiivista kielitaitoa korostava. Oppimateriaalista sovitaan syksyn alussa. Taitotaso B2.

**1030401 RIPETIAMO UN PO`**

Kiiruun koulukeskus, ot 1125, A-ovi, Kiiruuntie 4

Keskiviikko 18.45–20.15

11.9.2019–4.12.2019 ja 8.1.2020–15.4.2020

Kurssimaksu 39,50 €

FM Päivi Leikkonen

Kurssilla kerrataan monipuolisesti italian kielen perusasioita kuten verbien preesenssiä ja perfektiiä, artikkeleita ja prepositioita, mutta myös perussanastoa matkailutilanteisiin. Treenataan suullista kielitaitoa ja tehdään runsaasti kuunteluharjoituksia. Pohjataidoksi riittää 2–3 vuoden opinnot aiemmin, myös unohtuneet, esimerkiksi Bella vista 1 -oppikirjan mukaan. Opettajan monistemateriaali. Taitotaso A2–B1. Benvenuti!



**1031201 SAKSAN ALKEISKURSSI**

Kiiruun koulukeskus, ot 1129, A-ovi, Kiiruuntie 4  
 Tiistai 17.30–19.00  
 10.9.2019–3.12.2019 ja 14.1.2020–7.4.2020  
 Kurssimaksu 37,00 €  
 DKK Marja Varheenmaa

Tervetuloa oppimaan saksaa tehokkaasti. Kurssille voi osallistua ilman aiempia saksanopintoja. Keskitymme moderniin kieleen ja opimme keskeistä arkipäivän ja matkailun sanastoa. Harjoitteleme saksan puhumista erilaisten tekstien ja aiheiden avulla. Oppimateriaali valitaan ryhmän kanssa yhdessä ja kurssin sisällöstä voidaan sopia kurssilaisten toiveiden mukaisesti. Herzlich willkommen!

**1031202 SAKSAN JATKOKURSSI**

Kiiruun koulukeskus, ot 1129, A-ovi, Kiiruuntie 4  
 Maanantai 17.30–19.00  
 9.9.2019–2.12.2019 ja 13.1.2020–6.4.2020  
 Kurssimaksu 37,00 €  
 DKK Marja Varheenmaa

Herzlich willkommen beim Deutschkurs für Fortgeschrittene! Kurssilla kerrataan ja kartutetaan sanavarastoa ja harjoitellaan puhumista. Osallistujien on hyvä osata jo vähän saksan alkeita. Oppimateriaalista sovitaan yhdessä kurssilaisten kanssa ja kurssin sisällöstä ja aiheista voidaan sopia osallistujien toiveiden mukaan.

**1031701 VIRON ALKEISKURSSI**

Kiiruun koulukeskus, ot 1125, A-ovi, Kiiruuntie 4  
 Tiistai 17.30–19.00  
 10.9.2019–3.12.2019 ja 7.1.2020–14.4.2020  
 Kurssimaksu 39,50 €  
 Vivian Majeovski

Aloita mielenkiintoinen harrastus sukulaiskielen parissa. Opiskelemme viron kielen alkeita puhuen sekä kieloppiin ja Viron kulttuuriin tutustuen. Kurssille otetaan aloittelijoiden lisäksi myös aiemmin viron kieltä opiskelleita alkeiden kertaajia. Oppikirja: Meie keelesild, hankitaan yhteistilauksena.

**1031702 EDASI EESTI KEELES**

Kiiruun koulukeskus, ot 1125, A-ovi, Kiiruuntie 4  
 Tiistai 19.15–20.45  
 10.9.2019–3.12.2019 ja 7.1.2020–14.4.2020  
 Kurssimaksu 39,50 €  
 Vivian Majeovski

Jatkokurssi viron kielen perusteet osaaville. Laajennetaan sanavarastoa erilaisia tekstejä lukien ja keskustellen sekä kerrataan ja harjoitellaan kieloppiä.



# Musiikki

## 1040401 KITARANSOITTO A

Kiiruun koulukeskus, ot 1023, A-ovi, Kiiruuntie 4  
Keskiviikko 17.30–20.00  
11.9.2019–4.12.2019 ja 8.1.2020–1.4.2020  
Kurssimaksu 137,00 €  
Muusikko Vesa Toukkari

Kitaransoiton opetusta aloittelijoille ja aiemmin kitaraa soittaneille. Opetus tapahtuu ensisijassa yksilöopetuksena ja henkilökohtainen opiskeluaika on 20 minuuttia viikossa. Myös pienryhmäopetus on mahdollista samantasoisille opiskelijoille, jolloin opetusta saa kerralla pidemmän aikaa. Kurssille otetaan ensisijassa yli 12-vuotiaita, mutta mikäli ryhmään mahtuu, voidaan alakouluikäisiä ottaa mukaan yhdessä vanhemman kanssa. Opetusajat jaetaan torstaina 5.9. klo 14-18, jolloin opistolta soitetaan opiskelijoille/huoltajille.

## 1040402 KITARANSOITTO B

Kiiruun koulukeskus, ot 1023, A-ovi, Kiiruuntie 4  
Torstai 17.30–19.05  
12.9.2019–28.11.2019 ja 9.1.2020–2.4.2020  
Kurssimaksu 137,00 €  
Muusikko Vesa Toukkari

Sisältö sama kuin kurssilla 1040401.

## 1040403 PIANONSOITTO A

Kiiruun koulukeskus, ot 1084, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Tiistai 13.45–15.20  
10.9.2019–3.12.2019 ja 7.1.2020–31.3.2020  
Kurssimaksu 137,00 €  
MuM, musiikkipedagogi (AMK) Sanna Rantanen

Pianonsoiton opetusta yksilöllisesti edeten. Sopii kaiken-  
tasoisille ja -ikäisille soittajille. Henkilökohtainen opiske-  
luaika yksilöopetuksena on 20 minuuttia viikossa. Ope-  
tusajat jaetaan torstaina 5.9. klo 14-18, jolloin opistolta  
soitetaan opiskelijoille/huoltajille. Myös muut sekä opet-  
tajalle että oppilaalle sopivat ajat voivat tulla kyseeseen.

## 1040404 PIANONSOITTO B

Kiiruun koulukeskus, ot 1084, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Keskiviikko 15.00–18.15  
11.9.2019–4.12.2019 ja 8.1.2020–1.4.2020  
Kurssimaksu 137,00 €  
Muusikko Pekka Leppälä

Sisältö sama kuin kurssilla 1040403.

## 1040405 PIANONSOITTO C

Kirkonmäen koulu, Kirkkotie 3  
Pe 13.15–14.50  
13.9.2019–29.11.2019 ja 10.1.2020–3.4.2020  
Kurssimaksu 137,00 €  
MuM, musiikkipedagogi (AMK) Sanna Rantanen

Sisältö sama kuin kurssilla 1040403.



**TYKKÄÄ MEISTÄ  
FACEBOOKISSA**

**1040406 HARMONIKANSOITTO**

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

Tiistai 15.30–18.55

10.9.2019–3.12.2019 ja 7.1.2020–31.3.2020

Kurssimaksu 137,00 €

MuM, musiikkipedagogi (AMK) Sanna Rantanen

Harmonikansoiton opetusta yksilöllisesti edeten. Soveltuu kaikenikäisille ja -tasoisille soittajille. Henkilökohmainen opiskeluaika yksilöopetuksena on 20 minuuttia viikossa. Opetusajat jaetaan torstaina 5.9. klo 14-18, jolloin opistolta soitetaan opiskelijoille/huoltajille. Myös muut sekä opettajalle että oppilaalle sopivat ajat voivat tulla kyseeseen.

**1040502 SOMERON NAISKUORO**

Kiiruun tila, Joensuuntie 22

Tiistai 18.00–19.30

10.9.2019–3.12.2019, ja 14.1.2020–7.4.2020

Kurssimaksu 37,00 €

MuM, musiikkipedagogi (AMK) Olli Salomäenpää

Naiskuoro on laulutaidossaan kehityshaluisten ja omia äänellisiä rajojaan hakevien naisten joukko. Laulamme yhdessä, mutta teemme myös muutakin yhteiseksi iloksi ja hyväksi. Kuoro laulaa monipuolista musiikillista ohjelmistoa. Kuoroon tulevien uusien laulajien ei tarvitse olla huippulaulajia, mutta sitkeyttä, pitkäjänteisyyttä ja halua itsensä kehittämiseen laulajana pitää olla. Kuoro suunnittelee matkaa Portugaliin syksyllä 2020.

**1040503 SOMERON LAULUMIEHET**

Kiiruun tila, Joensuuntie 22

Tiistai 19.30–21.00

10.9.2019–3.12.2019 ja 14.1.2020–7.4.2020

Kurssimaksu 37,00 €

MuM, musiikkipedagogi (AMK) Olli Salomäenpää

Someron laulumiehet on pitkät perinteet omaava aktiivisesti esiintyvä mieskuoro. Kuoroon ovat tervetulleita myös uudet laulamista kiinnostuneet miehet, jotka haluavat laulaa yhdessä sekä kehittää omaa laulamistaan ja lauluääntään.

**1040504 METKA KÖÖRI**

Kiiruun tila, Joensuuntie 22

Keskiviikko 18.30–20.00

11.9.2019–4.12.2019 ja 15.1.2020–8.4.2020

Kurssimaksu 37,00 €

MuM Annika Kuntsi

Metka Kööri on iloisten laulajien sekakuoro, joka haluaa oppia, edistyä ja iloita lauluharrastuksestaan. Jokainen voi kehittyä laulajana. Viihdekuorokursseilla opetellaan muun muassa äänenkäyttöä ja nuotinlukua sekä harjoitellaan esiintymisiä varten.

**1040505 YHTEISLAULU**

Toimintakeskus, Leivontie 5

Maanantai 18.00–19.00

9.9.2019–2.12.2019 ja 13.1.2020–6.4.2020

Kurssimaksu 29,50 €

Jaana Viitamäki

Lauletaan yhdessä kevyitä sävelmiä opiskelijoiden toiveiden mukaan. Lähde rohkeasti mukaan. Tärkeintä ei ole laulutaito, vaan halu laulaa yhdessä erilaisten ihmisten kanssa. Suunnattu lähinnä erityislapsille ja -aikuisille, mutta sopii myös muille lauluhaluisille.

**LAPSILLE JA NUORILLE SUUNNATTU  
MUSIIKINOPETUS**

Alle kouluikäisille lapsille suunnatut muskarit ja yläkouluikäisille suunnattu nuorisokuoro löytyvät sivulta 19–20.

## *Kuvataide ja luova ilmaisu*

### TAITEEN PERUSOPETUS

Lasten, nuorten ja aikuisten taiteen perusopetuksen kurssit löytyvät sivuilta 15–18.

### MUUT KUVATAIDEKURSSIT

#### **1050201 KOKEILEVA KUVATAIDE**

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4

Torstai 12.15–14.30

12.9.2019–5.12.2019 ja 9.1.2020–23.4.2020

Kurssimaksu 52,00 €

KM, suunnittelijaopettaja Anne Turkulainen

Päästä luovuutesi valloilleen ja heittäydy taiteen tekemiseen tutkivalla ja kokeilevalla otteella. Oppituntien alkuun sisältyy alustus ja keskustelua teeman mukaisista taideteoksista, niiden ilmaisumuodoista ja taiteen tekemiseen vaikuttaneista taustoista. Keskustelujen innoittamana maalaamme ja rakennamme kuvaa erilaisilla tekniikoilla ja välineillä. Teemme myös opintokäynnin taiteilijoiden työhuoneelle tai näyttelyyn.

#### **1050202 IKONIMAALAUUS**

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4

Joka toinen tiistai 9.15–11.15

17.9.2019–26.11.2019 ja 7.1.2020–14.4.2020

Kurssimaksu 32,50 €

Raija Laiho

Tutustutaan ikonimaalaukseen ja valmistetaan ikoni omavalintaisella aiheella. Tarvikkeita voi hankkia opettajalta. Aloituspaketin hinta on n. 45 euroa. Tuo ensimmäiselle kerralle mukaan valkoinen teevati tai kaakeli-laatta, pehmeitä siveltimiä, palettiveitsi ja pipettipullo. Ryhmä sopii sekä aloittelijoille että aiemmin maalausta harrastaneille.

#### **1050203 EKSPRESSIIVINEN TAIDEILMAISU**

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1077, D-ovi, Kiiruuntie 4

Tiistai 18.00–20.15

22.10.2019–10.12.2019

Kurssimaksu 24,50 €

Ekspressiivinen taideterapiaohjaaja Katja Kajaan

Sinun ei tarvitse osata maalata, piirtää eikä pyrkiä mihinkään. Halu osallistua ja tutkia itseäsi riittää! Kahdeksan kerran kokonaisuus vaatii sitoutumista, mutta mahdollistaa oman prosessin tapahtumisen. Harjoituk- sia tehdään yksin, pareittain ja ryhmässä, ilman analysointia ja arvostelua.



**1050204 TAIDETTA MAALATEN**

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Torstai 18.45–21.00

24.10.2019–28.11.2019 ja 9.1.2020–16.4.2020

Kurssimaksu 42,00 €

Taidemaalari Hannu Nikander

Maalataan öljy-, akryyli- ja akvarelliväreillä ja opitaan kuvantekemisen perustekniikoita. Pääpaino on henkilökohtaisessa ohjauksessa sekä oman kuvailmaisun löytämisessä ja kehittämisessä. Sopii aloittelijoille ja aiemmin maalausta harrastaneille.

**1050501 KERAMIikka**

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Keskiviikko 9.00–11.15

11.9.2019–4.12.2019 ja 8.1.2020–15.4.2020

Kurssimaksu 84,00 €

Keraamikko Pirjo Salo

Kurssilla harjoitellaan käsinrakentamisen perustekniikoita, jonka jälkeen voit oman kiinnostuksesi mukaan syventyä enemmän joko käyttöesineisiin tai pieniin veistoksiin. Tutustumme lasitteisiin ja erilaisiin pinnankoristelutekniikoihin. Tarvikkeet hankitaan yhteistilauksena. Kurssimaksuun sisältyy opetus ja poltot.

**LAPSILLE JA NUORILLE SUUNNATTU  
KUVATAIDEPETUS**

Lapsille ja nuorille suunnatut taiteen perusopetuksen kurssit löytyvät sivuilta 15–17 ja muut kuvataidekurssit sivuilta 20–21.

**LUOVAN ILMAISUN KURSSIT****1069901 TOIMINTAKESKUKSEN LUOVAN  
ILMAISUN KURSSI**

Toimintakeskus, Leivontie 5

Keskiviikko 9.00–9.45

11.9.2019–4.12.2019 ja 8.1.2020–1.4.2020

Kurssimaksu 24,50 €

B.A. Olla-Riitta Aarikka

Kurssi on suunnattu toimintakeskuksen asiakkaille tai muille luovasta ilmaisusta kiinnostuneille.

**LAPSILLE JA NUORILLE SUUNNATTU  
LUOVAN ILMAISUN OPETUS**

Lapsille ja nuorille suunnatut luovan ilmaisun kurssit löytyvät sivuilta 20–21.

## Kädentaidot

### 1071001 KÄSITYÖT JA TEKNIIKAT TUTUKSI

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Maanantai 12.15–14.30  
9.9.2019–9.12.2019 ja 13.1.2020–20.4.2020  
Kurssimaksu 52,00 €  
KM, suunnitteli ja opetti Anne Turkulainen

Sinä käsityön tekemisestä innostunut, tule mukaan lepoisaan joukkoomme virkistämään mieltäsi ja harjaanuttamaan kädentaitojasi. Kurssilla mm. kirjotaan talteen kesän kauneimmat kasvit sekä neulotaan ja virkataan lämpimiä asusteita. Kurssilla tehtävät työt sopivat sekä aloittelijoille että aiemmin käsitöitä harrastaneille.

### 1070501 LANKOJEN LUMOISSA

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Tiistai 12.15–14.15  
10.9.2019–3.12.2019 ja 7.1.2020–14.4.2020  
Kurssimaksu 47,00 €  
KM, suunnitteli ja opetti Anne Turkulainen

Kurssilla keskitytään lankatöiden ajankohtaisiin tekniikoihin. Käytetään sekä valmiita malleja että suunnitellaan oma kirjoneule- tai kirjovirkkausmalli. Valmistettava työ voi olla vaate, asuste tai sisustustekstiili. Ota ensimmäiselle kerralle mukaan kaksi eriväristä lankaa sekä niihin soveltuvat sukka puikot tai koukku ja tule mukaan nauttimaan lankatöiden rentouttavasta tunnelmasta.

### 1070301 TILKKUTYÖT

Kiiruun koulukeskus, ot 1078, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Lauantai ja sunnuntai 10.00–15.00  
21.9.2019–17.11.2019  
Kurssimaksu 24,50 €  
Artenomi Kirsi Hämäläinen

Kurssilla opit tilkkutyön eri tekniikoita ja niiden ompelun perusteita. Voit toteuttaa oman ideasi tai valmistaa vaikkapa kassin, sohvanpäällisen tai kaitaliinan. Ota mukaan runsaasti pestyjä tilkkukankaita (voivat olla uusia tai käytettyjä) ja ompeluvälineet (langat, nuppineulat, sakset, muistiinpanovälineet). Kahtena viikonloppuna 21.-22.9. ja 16.-17.11. kokoontuva kurssi sopii sekä aloittelijoille että aiemmin tilkkutöitä tehneille.



TYKKÄÄ MEISTÄ  
FACEBOOKISSA



**1070701 KUDOTAAN KANGASPUILLA**

Solu, Myllypellontie 10 E

Tiistai 17.00–19.15

10.9.2019–3.12.2019 ja 7.1.2020–14.4.2020

Kurssimaksu 84,00 €

KM, artemi (AMK) Petra Korpela

Kurssilla kudotaan monenkirjavia nykykotiin sopivia tekstiilejä. Luvassa on räsymattoja, verhoja, tynnyjä ja huonekalukangasta uusin tuulin höystettynä. Toteutettavissa kudontatöissä voit käyttää kaapin pohjalle jääneitä lankakeränloppuja tai vanhoja matonkuteita. Laitetaan kaikki vanha materiaali hyötykäyttöön! Töiden suunnittelu lähtee opiskelijoiden toiveista ja tarpeista. Työt suunnitellaan yhdessä opettajan kanssa ja toteutetaan yhteisloimissa. Kurssi sopii kudonnan alkeet osaaville. Tule kokemaan käsityön riemu ja kudonnan uusi tuleminen samanhenkisten kudonnasta innostuneiden kanssa! Kurssin kokoontumisajat joustavat tehtävän työvaiheen mukaan ja tuntien päättymisajat ilmoitetaan kurssilla.

**1070702 KAUNISTA KANGASPUILLA**

Solu, Myllypellontie 10 E

Torstai 17.00–19.15

12.9.2019–28.11.2019 ja 9.1.2020–23.4.2020

Kurssimaksu 84,00 €

Artemi Jaana Janhunen

Tule kutomaan yksilölliset käyttö- ja koristetekstiilit. Opit uutta ja kertaat vanhaa kankaan rakentamiseen ja kutomiseen liittyvää. Pääset osallistumaan jokaiseen loimen rakentamisvaiheeseen. Työt suunnitellaan yhdessä opettajan kanssa ja toteutetaan yhteisloimissa. Kurssi sopii aloittelijoille sekä jonkin verran kudontaa harrastaneille. Materiaalit opiskelijat hankkivat itse tai yhteistilauksena. Kurssin kokoontumisajat joustavat tehtävän työvaiheen mukaan ja tuntien päättymisajat ilmoitetaan kurssilla.

**1070703 TERTTILÄN KUDONTA**

Terttilä, Toukola, Terttiläntie 736

Tiistai 17.30–19.45

17.9.2019–3.12.2019 ja 14.1.2020–21.4.2020

Kurssimaksu 37,00 €

Askartelunohjaaja Essi Torkkomäki-Ryhtä

Monipuolisella kurssilla pääpaino on kankaankudonnassa, mutta myös erikoistekniikoita kokeillaan opiskelijoiden toiveiden mukaan. Kurssi sopii sekä aloittelijoille että kädentaitojen konkareille. Kokoontumiset syslo-maviikkoon saakka joka viikko ja sen jälkeen joka toinen viikko.

**1070902 HUONEKALUJEN ENTISÖINTI- JA PUUTYÖKURSSI**

Joensuun koulu, puutyöluokka, Heikintie 35

Torstai 17.30–19.45

12.9.2019–28.11.2019 ja 9.1.2020–23.4.2020

Kurssimaksu 79,50 €

Teknisen työn opettaja Vesa Helmi

Kurssilla valmistetaan uusia tuotteita puusta ja entisöidään opiskelijan omia huonekaluja. Opitaan omaa projektia tehden erilaisia puuntyöstö- ja entisöintitekniikoita. Työtehtävät räätälöidään kunkin työhön sopiviksi ja opiskelijan osaamisen tason mukaisiksi. Työvaiheet suoritetaan mahdollisimman oikeaoppisesti työturvallisuusnäkökohdat huomioiden. Erityishuomio kiinnitetään puuntyöstökoneen oikeaan ja turvalliseen käyttöön. Tarveaineet opiskelijat hankkivat itse.



**SEURAA MEITÄ  
INSTAGRAMISSA**

## 1070903 TINALANKARANNEKE

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1078, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Maanantai 18.00–20.15  
16.9.2019–7.10.2019  
Kurssimaksu 19,50 €  
KteO Helena Ponkala

Tule tutustumaan saamenkäsitöistä tuttuun tinalankapunokseen! Kurssilla opetellaan valmistamaan hopeanhoitoisesta tinalankapunoksesta palmikointi- ja käsinompelutekniikoita käyttäen näyttäviä poronahkaisia rannekeita. Lämmin ja kevyt ranneke on miellyttävä käytössä, sopii kaikenikäisille ja -tyylisille. Opettajalta voi ostaa tarvikkeita, yhden rannekkeen materiaalikustannukset 12–15 €. Aikaisempaa osaamista ei tarvita.



## 1071002 KAHVIPUSSIT JA MUUT KIERRÄTYSMATERIAALIT HYÖTYKÄYTTÖÖN

Kiiruun koulukeskus, ot 1078, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Tiistai 18.00–20.00  
10.9.2019–3.12.2019 ja 7.1.2020–14.4.2020  
Kurssimaksu 47,00 €  
Artenomi Kirsi Hämäläinen

Tällä kierrätyskurssilla kahvipussit, karkkipaperit, tölkinipsut, sanomalehdet ja vanhat kirjat muuntuvat uudelleen käyttö- ja koriste-esineiksi. Samalla opimme erilaisia käsityötekniikoita. Ota mukaan muistiinpanovälineet.

## 1079903 KIRJAT KORJATEN KUNTOON

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Lauantai ja sunnuntai 10.00–15.15  
5.10.2019–6.10.2019  
Kurssimaksu 19,50 €  
Ammatillinen opettaja, kirjansitoja Marjo Viitanen

Kurssilla opiskelijat korjaavat omia kirjoja. Samalla tutkitaan yhdessä erilaisia kirjojen vaurioita ja niiden järkevimpiä korjaustapoja. Vaurioista riippuen osallistuja eh-tii viikonlopun aikana korjata 1–4 kirjaa. Kirjansidonnann perusteiden tuntemus on edellytyksenä kurssille osallistumiselle. Osallistuja voi tehdä työt omilla työvälineillä ja materiaaleillaan, mutta välineitä voi myös lainata tai ostaa opettajalta ja myös materiaaleja voi ostaa kurssin aikana. Opettaja lähettää osallistujille kurssi-kirjeen materiaalitietoineen noin viikkoa ennen kurssia.

## LAPSILLE JA NUORILLE SUUNNATTU KÄDENTAITOJEN OPETUS

Lapsille ja nuorille suunnatut kädentaitokurssit löytyvät sivulta 21.

# Tietojenkäsittely

## 1080201 KANNETTAVA TIETOKONE HALTUUN – PERUSKURSSI SENIOREILLE

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4

Torstai 9.00–11.30

12.9.2019–10.10.2019

Kurssimaksu 19,50 €

Tradenomi Kai Åkerfelt

Opi käyttämään kannettavaa tietokonetta helposti ja tehokkaasti. 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. Kurssilta saa vinkkejä tietokoneen ja oheislaitteiden hankintaan. Tutustumme myös verkkopankkipalveluihin, internetin mielenkiintoisiin sivustoihin ja sähköpostiin. Opetustilassa on langaton verkko. Opetus tapahtuu Win10 koneella.

## 1080202 KANNETTAVA TIETOKONE HALTUUN JATKOKURSSI – VALOKUVIEN JA TIEDOSTOJEN HALLINTA

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

Tiistai 15.15–17.30

12.11.2019–10.12.2019

Kurssimaksu 19,50 €

Tradenomi Kai Åkerfelt

Aluksi kertaamme kansioiden luomisen sekä valokuva- ja asiakirjatiedostojen tallentamisen omalle koneelle,

muistitikulle tai ulkoiselle kovalevyllä. Opimme valokuvien siirron puhelimesta tai digikamerasta tietokoneelle ja kuvien jakamisen Googlen kuvat-sovelluksella internetin välityksellä. Harjoittelemme tallentamaan sähköpostin liitetiedostoja oman koneen kansioihin ja tiedostojen varmuuskopiointia ulkoiselle kovalevyllä tai muistitikulle. Syvennämme osaamistamme Internetin ihmeellisessä maailmassa ja kartutamme oman koneen hallintaa monin tavoin. Tutustumme myös internetistä ladattavan kuvakirjan tekemiseen. Ota kurssille mukaan oma kannettava tietokone ja muistitikku tai ulkoinen kiintolevy. Opetustilassa on langaton verkko.

## 1080501 KUVAA, EDITOI JA JULKAISE VIDEO

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

Tiistai 17.45–20.45

12.11.2019–10.12.2019

Kurssimaksu 22,00 €

Tradenomi Kai Åkerfelt

UUTUUS

Haluatko oppia editoimaan kuvaamiasi videoita ja julkaisemaan niitä esimerkiksi YouTube -suoratoistopalvelussa? Kurssilla opit viemään videoprojektin läpi pelkästään netistä ladattavilla ilmaisohjelmilla. Editointiohjelmana käytämme HitFilm-ohjelmaa. Kurssin jälkeen hallitset videoeditointi- ja kuvankäsittelysovellusten käytön ja osaat julkaista omaa videomateriaalia. Sinulla ei tarvitse olla aikaisempaa kokemusta videoprojektin toteutuksesta tai ohjelmista. Riittää, että omaat tietokoneen peruskäyttötaidot. Kurssilla läpikäytäviä asioita ovat: videon editointi, leikkaus, värikorjailu ja trimmaaminen, tekstin lisäys ja tekstin animointi sekä äänen muokkaaminen. Työskentely tapahtuu omalla kannettavalla tietokoneella, johon tarvittavat ohjelmat asennetaan.

## 1089901 ANDROID-ÄLYPUHELIN JA -TABLETTI TUTUKSI – PERUSKURSSI

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Maanantai 9.00–11.30  
23.9.2019–7.10.2019  
Kurssimaksu 17,00 €  
Tradenomi Kai Åkerfelt

Android on älypuhelinten ja tablettitietokoneiden käyttöjärjestelmä, joka on käytössä muun muassa Samsung-, Huawei- ja LG-laitteissa. Tutustumme aloitusnäyttöön, asetuksiin, kameratoimintoihin, karttapalveluihin (navigointiin) ja kalenteriin. Kurssilla selviää myös, kuinka applikaatioita (pieniä hyödyllisiä ohjelmia) ladataan Android-laitteelle Play-kaupasta. Halukkaat voivat ladata niitä omiin laitteisiinsa. Tavoitteena on laittaa oma puhelin tai tabletti kunkin omien käyttötoiveiden mukaisesti. Kurssi on suunnattu kaikille, jotka kaipaavat tukea ja hyviä vinkkejä oman Android-laitteen käytössä.

## 1089902 ANDROID-ÄLYPUHELIN JA -TABLETTI TUTUKSI – JATKOKURSSI

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1071, D-ovi, Kiiruuntie 4  
Maanantai 9.00–11.30  
21.10.2019–4.11.2019  
Kurssimaksu 17,00 €  
Tradenomi Kai Åkerfelt

Perusasioiden kertauksen jälkeen perehdymme laajemmin sovelluskauppaan ja haemme mielenkiintoisia ohjelmia omaan puhelimeen tai tablettiin. Tutustumiskohteina ovat muun muassa karttapalvelut, navigointi, kalenteri ja QR-koodi sekä pankkipalveluiden hoitaminen ja lippujen tilaaminen omalla älylaitteella. Opimme tuntemaan monia sosiaalisen median palveluita ja harjoittelempa Facebookin ja WhatsAppin käyttöä. Tutustumme kameran toimintoihin ja kuvien siirtämiseen tietokoneelle sekä tallentamiseen Google Drive -pilvipalveluun, josta ne voidaan jakaa muiden katsottaviksi.



## *Hyvinvointi ja liikunta*

### **1090401 HYVINVOINTIA RAVITSEMUKSEN KAUTTA**

Kiiruun koulukeskus, ot 1132, A-ovi, Kiiruuntie 4  
Keskiviikko 17.00–18.30  
11.9.2019–20.11.2019  
Kurssimaksu 22,00 €  
Ravintoneuvoja 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 halutessaan osallistua verenpaineen ja kehonkoostumuksen mittaukseen sekä seurantaan.

### **1090402 HYVINVOINTITREFFIT**

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1136, A-ovi, Kiiruuntie 4  
Tiistai 17.00–19.15  
24.9.2019–17.12.2019  
Kurssimaksu 19,50 €  
Ravintoneuvoja Suvi Andersson

Hyvinvointitreffit on suunnattu henkilöille, jotka ovat osallistuneet viime keväänä Kokonaisvaltaista hyvinvointia ravitsemuksen kautta -kurssille. Tavoitteena on seurata elämäntapamuutosten myötä syntyneitä hyvinvointivaikutuksia kuukauden välein järjestettävillä tapaamisilla. Jokainen tapaamiskerta sisältää kehonkoostumuksen ja verenpaineen mittauksen sekä ravintoneuvontaa. Mahdollisuus saada myös henkilökohtaista neuvontaa.

### **1090101 JOMON-SHINDO®**

Lamminniemen hyvinvointikeskus, Jänistie 1  
Maanantai 18.30–20.00  
9.9.2019–2.12.2019 ja 13.1.2020–6.4.2020  
Kurssimaksu 37,00 €  
Shindo-ohjaaja Merja Rintamaa-Lehtonen

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

### **1090102 TUOLI-JOMON-SHINDO®**

Lamminniemen hyvinvointikeskus, Jänistie 1  
Maanantai 13.00–14.00  
9.9.2019–2.12.2019 ja 13.1.2020–6.4.2020  
Kurssimaksu 29,50 €  
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 tuoililla. Venytyksillä on positiivisia vaikutuksia sekä mielen että kehon hyvinvointiin.

**NETTI-ILMOITTAUTUMISET**

**[www.somero-opisto.fi](http://www.somero-opisto.fi)**

## JOOGAKURSSIT

Saara Turpeisen ohjaamat joogakurssit tarjoavat tasa-painoa ja terveyttä. Ryhmiä on sekä aloittelijoille että konkareille.

Ota mukaan joogamatto, joustava asu ja huopa.

Kurssimaksu 24,50 €

### 1090301 KIRKONMÄEN JOOGA – ALKEISRYHMÄ

Kirkonmäen koulu, Kirkkotie 3

Maanantai 18.30–20.20

16.9.2019–9.12.2019

Alkeisryhmä on suunnattu henkilöille, jotka eivät ole aiemmin harrastaneet joogaa tai eivät halua siirtyä vaativampiin harjoituksiin. Myös miehet rohkeasti mukaan.

### 1090302 KIRKONMÄEN JOOGA – JATKORYHMÄ

Kirkonmäen koulu, Kirkkotie 3

Tiistai 18.00–19.50

17.9.2019–10.12.2019

Jatkokurssi on suunnattu vähintään vuoden joogaa harrastaneille naisille ja miehille, jotka ovat valmiita siirtymään vaativampiin harjoituksiin. Ota mukaan joogamatto, joustava asu ja huopa.

### 1090303 KIRKONMÄEN LEMPEÄ JOOGA

Kirkonmäen koulu, Kirkkotie 3

Keskiviikko 15.30–17.20

18.9.2019–11.12.2019

Lempeä jooga sisältää tavanomaista kevyempiä jooga-harjoituksia, ja se sopii myös ikääntyneille ja terveysongelmista kärsiville.

### 1090304 MYÖTÄTUULEN LEMPEÄ JOOGA

Myötätuuli, Hämeenojantie 32

Keskiviikko 13.00–14.50

18.9.2019–11.12.2019

Lempeä jooga sisältää tavanomaista kevyempiä jooga-harjoituksia, ja se sopii myös ikääntyneille ja terveysongelmista kärsiville.



## Ruoanvalmistus

### 1100401 TERVEELLISET PÄHKINÄT JA SIEMENET RUOANVALMISTUKSESSA

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1027, A-ovi, Kiiruuntie 4  
Keskiviikko 25.9.2019 klo 17.30–20.30  
Kurssimaksu 14,50 €  
Diplomiravintoneuvoja Tuulikki Heikkilä

Pähkinöiden ja siemenien käyttö päivittäisessä ruokavaliossa lisää ruoan ravitsemuksellista laatua. Käyttö on hyvin yksinkertaista ja helppoa. Käymme läpi erilaisten pähkinöiden ja siementen ominaisuuksia ja käyttöä ruoanvalmistuksessa sekä valmistamme maistiaisia. Ota mukaan sisäkengät, essu ja pari pyyhettä sekä rasioita kotiin viemisiä varten. Opettaja kerää 5–10 euron raaka-ainemaksun käteisenä.

### 1100402 GLUTEENITONTA RUOKAA JA KAURALEIPÄÄ

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1027, A-ovi, Kiiruuntie 4  
Keskiviikko 2.10. 2019 klo 17.30–20.30 ja tiistai  
8.10.2019 klo 17.30–20.30  
Kurssimaksu 17,00 €  
Diplomiravintoneuvoja Tuulikki Heikkilä

Gluteenittomat ruokaillat on tarkoitettu sinulle, joka kaipaat uutta suuntaa ja käytännöllisiä ideoita hyvään oloon ja terveeseen vatsaan. Valmistamme gluteenittomia ruokia ja tutustumme juureen valmistetun gluteenittoman kauraleivän valmistukseen. Ota mukaan sisäkengät, essu ja pari pyyhettä sekä rasioita kotiin viemisiä varten. Opettaja kerää 5–10 euron raaka-ainemaksun kurssi-iltaa kohti.

### 1100403 RUOKAA DIABEETIKOILLE

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1027, A-ovi, Kiiruuntie 4  
Torstai 14.11.2019 klo 17.30–20.30  
Kurssimaksu 14,50 €  
Diplomiravintoneuvoja Tuulikki Heikkilä

Perehdymme käytännössä diabeetikon ruokavaliioon ja valmistamme yhdessä ravitsevia ja maukkaita diabeetikolle sopivia ruokia. Ota mukaan sisäkengät, essu ja pari pyyhettä sekä rasioita kotiin viemisiä varten. Opettaja kerää 5–10 euron raaka-ainemaksun käteisenä.

### 1100404 TERVEELLISET RAAKAKAKUT

UUTUUS

Kiiruun koulukeskus, ot 1027, A-ovi, Kiiruuntie 4  
Torstai 21.11.2019 klo 17.30–20.30  
Kurssimaksu 14,50 €  
Diplomiravintoneuvoja Tuulikki Heikkilä

Raakakakut ovat fiksuja kaloripommeja, jotka valmistetaan puhtaista raaka-aineista, ja ne sisältävät usein superfoodeja. Kakkuja ei kuumenneta eikä paisteta, joten raaka-aineiden ravintoaineet säilyvät hyvin. Tutustumme erilaisiin raakakakkuihin ja valmistamme maistiaisia. Ota mukaan sisäkengät, essu ja pari pyyhettä sekä rasioita kotiin viemisiä varten. Opettaja kerää 5–10 euron raaka-ainemaksun käteisenä.

NETTI-ILMOITTAUTUMISET

[www.somero-opisto.fi](http://www.somero-opisto.fi)

# KOSKI

**Kosken yhdyshenkilö Pirkko Kesälä puh. 050 305 5017**

## IHMINEN JA YHTEISKUNTA

### 1019901 ELINTARVIKEHYGIENIAKOULUTUS

Kosken koulukeskus, Lampitie 3

Maanantai 17.30–20.45

21.10.2019–28.10.2019

Kurssimaksu 45,00 €

Ravintola- ja cateringalan opettaja Rakel Brück

Huom! Ilmoittautumiset viimeistään 6.10.2019.

Elintarvikkeiden kanssa työskenteleville suunnatulla kurssilla käsitellään elintarvikehygienian ja mikrobiologian perusteita, ruokamyrkytyksiä, henkilökohtaista hygieniää ja hygieenisiä 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 on maksuton. Kurssin opetusaineisto on tulostettavissa opiston internetsivulta löytyvän linkin kautta.

### 2010701 ENSIAVUN PERUSKURSSI-EA1

Kosken koulukeskus, Lampitie 3

Lauantai 9.00–15.30

26.10.2019–9.11.2019

Kurssimaksu 45,00 €

Ensiavun ja terveystiedon kouluttaja Mari Paasikivi

SPR:n ensiavun peruskurssi antaa perustiedot ja -taidot hätätilanteessa ja tavallisimmissa sairaus- ja onnettomuustilanteissa auttamiseen. EA1-kurssin suorittamisesta saa todistuksen, joka on voimassa kolme vuotta. Kurssipäivät: 26.10. ja 9.11. Kurssimaksu sisältää opetuksen ja todistuksen.

## KIELET

### 2030201 KESKUSTELLAAN ENGLANNIKSI

Kosken kirjasto–Koskisali, Hämeentie 12

Torstai 12.00–13.30

12.9.2019–5.12.2019 ja 9.1.2020–2.4.2020

Kurssimaksu 37,00 €

B.A. Olla-Riitta Aarikka

Tule mukaan leppoisaan päiväryhmään keskustelemaan englannin kielellä. Kurssi sopii kaikille, jotka haluavat ylläpitää ja kehittää kielitaitoaan sekä saada lisää rohkeutta ja varmuutta puhumiseen.



## MUSIIKKI

### 2040401 PIANONSOITTO

Talolan koulu, Arkkilantie 2

Perjantai 15.00–18.15

13.9.2019–29.11.2019 ja 10.1.2020–3.4.2020

Kurssimaksu 137,00 €

Harmonikansoiton opettaja Sari Jokela

Pianonsoiton opetusta yksilöllisesti edeten. Soveltuu kaikenikäisille ja -tasoisille soittajille. Henkilökohtainen opiskelu-aika yksilöopetuksena on 20 minuuttia viikossa. Opetusajat jaetaan torstaina 5.9. klo 14–18, jolloin opistolta soitetaan opiskelijoille/huoltajille.

### 2040402 HARMONIKANSOITTO

Talolan koulu, Arkkilantie 2

Keskiviikko 15.00–17.25

11.9.2019–4.12.2019 ja 8.1.2020–1.4.2020

Kurssimaksu 137,00 €

MuM, musiikkipedagogi (AMK) Sanna Rantanen

Harmonikansoiton opetusta yksilöllisesti edeten. Soveltuu kaikenikäisille ja -tasoisille soittajille. Henkilökohtainen opiskelu-aika yksilöopetuksena on 20 minuuttia viikossa. Opetusajat jaetaan torstaina 5.9. klo 14–18, jolloin opistolta soitetaan opiskelijoille/huoltajille.

### 2040403 KITARANSOITTO

Talolan koulu, Arkkilantie 2

Torstai 14.15–18.20

12.9.2019–5.12.2019 ja 9.1.2020–2.4.2020

Kurssimaksu 137,00 €

Musiikkipedagogi (AMK) Vilperti Salminen

Kitaransoiton opetusta sekä aloittelijoille että pidempään harrastaneille. Tunneilla voidaan keskittyä esimerkiksi pop-, rock-, blues-, jazz- ja heavy-musiikin al-

keisiin tai vaikka klassiseen kitaraan oppilaan toiveiden mukaisesti. Mukaan sisällytetään nuotinlukua, soinnuil-la säestämistä ja muita kitaralle oleellisia soittotyylejä. Kurssille voi osallistua sekä sähkö- että akustisen kitaran kanssa! Opetus tapahtuu ensisijassa yksilöopetuksena ja henkilökohtainen opiskelu-aika on 20 minuuttia viikossa. Myös pienryhmäopetus on mahdollista samantasoisille opiskelijoille, jolloin opetusta saa kerralla pidemmän aikaa. Opetusajat jaetaan torstaina 5.9. klo 14–18, jolloin opistolta soitetaan opiskelijoille/huoltajille

### 2040404 LASTEN UKULELEN SOITTO

Kosken koulukeskus, Lampitie 3

Perjantai 18.00–19.00

6.9.2019–29.11.2019 ja 10.1.2020–3.4.2020

Kurssimaksu 43,50 €

Musiikkipedagogi (AMK) Vilperti Salminen

Ukulele on pienikokoinen nelikielinen kitaraa muistuttava kielisoitin. Kurssilla opitaan käyttämään ukulelea laulun säestämiseen ja helppojen melodioiden soittamiseen. Pienryhmäopetuksena toteutettava kurssi on suunnattu lapsille alakoululaisesta alkaen. Ukulele on hinnaltaan edullinen soitin, jonka hankintaan saa neuvoja opettajalta.



## 2040405 NUORTEN JA AIKUISTEN UKULELEN SOITTO

Kosken koulukeskus, Lampitie 3

Perjantai 19.10–20.10

6.9.2019–29.11.2019 ja 10.1.2020–3.4.2020

Kurssimaksu 43,50 €

Musiikkipedagogi (AMK) Vilperti Salminen

Ukulele on pienikokoinen nelikielinen kitaraa muistuttava kielisoitin. Kurssilla opitaan käyttämään ukulelea laulun säestämiseen ja helppojen melodioiden soittamiseen. Pienryhmäopetuksena toteutettava kurssi on suunnattu nuorille ja aikuisille. Ukulele on hinnaltaan edullinen soitin, jonka hankintaan saa neuvoja opettajalta.

## 2040501 SEKAMETELIKUORO

Talolan koulu, Arkkilantie 2

Maanantai 18.30–20.00

9.9.2019–2.12.2019 ja 13.1.2020–6.4.2020

Kurssimaksu 37,00 €

MuM Annika Kuntsi

Lähde laulamaan! Aikaisempaa laulukokemusta et tarvitse, mutta reilusti huumorintajua ja iloista mieltä kyläkin. Laulamme monipuolisesti kaikenlaisia kappaleita kuorolaisten toiveiden mukaisesti.

## KUVATAIDE

### 2050201 SUNNUNTAIMAALARIT

UUTUUS

Kosken koulukeskus, Lampitie 3

Sunnuntai 12.00–17.00

27.10.2019–1.12.2019

Kurssimaksu 22,00 €

Taidemaalari Hannu Nikander

Opiskellaan kuvantekemisen perustekniikoita öljy-, akryyli- ja akvarelliväreillä maalaamalla. Opetuksen pääpaino on henkilökohtaisessa ohjauksessa, jolla tavoitellaan oman kuvailmaisun löytymistä ja kehittymistä. Kurssi sopii sekä aloittelijoille että aiemmin maalausta harrastaneille. Kurssipäivät: 27.10., 17.11. ja 1.12.2019.

### 2050501 SAVESTA KERAMIIKAKSI

Kosken koulukeskus, Lampitie 3

Torstai 18.30–20.45

19.9.2019–28.11.2019 ja 9.1.2020–16.4.2020

Kurssimaksu 47,00 €

Keramiikantekijä Eeva Mäkynen-Nurmi

Tehdään savesta käsin rakentamalla käyttö- ja koriste-esineitä opiskelijoiden toiveiden mukaan. Kurssi sopii aloittelijoille ja aiemmin keramiikkaa tehneille. Kurssimaksu sisältää opetuksen. Savesta ja poltosta peritään eri maksu.



## LUOVA ILMAISU, TANSSI JA SIRKUS

### 2060401 LASTEN JA NUORTEN TEATTERI-ILMAISU

UUTUUS

Kosken koulukeskus, Lampitie 3  
Keskiviikko 15.30–17.00  
11.9.2019–4.12.2019  
Kurssimaksu 24,50 €  
B.A. Olla-Riitta Aarikka

Kaiken ikäisille lapsille ja nuorille suunnatulla kurssilla harjoitellaan teatterintekemisen perusteita, äänenkäyttöä, liikkumista, improvisaatiota, näyttelemistä ja esiintymistä.

### 2060301 RIVITANSSIA MIEHILLE JA NAISILLE

Nuortentupa, Härkätie 3  
Keskiviikko 19.00–20.30  
11.9.2019–20.11.2019  
Kurssimaksu 22,00 €  
Kansantanssiopettaja Taina Salminen

Rivitanssi on kaikenikäisille miehille ja naisille sopiva, hauska ja mukaansatempaava tanssilaji, jossa tanssitaan riveissä yhtenevin tanssiliikkein. Rivitanssissa et tarvitse paria, kantrivaatteita ja bootseja, vaan tunneille voit tulla rennoissa vaatteissa ja tanssimiseen sopivissa sisäkengissä tai -tossuissa. Kurssi sopii sekä aloittelijoille että aiemmin rivitanssia harrastaneille.

### 2060302 OMAT TANSSIT -KURSSI LAPSILLE

UUTUUS

Kosken Liikuntahalli, Lampitie 3  
Perjantai 16.15–17.00  
25.10.2019–29.11.2019  
Kurssimaksu 17,00 €  
Tanssinopettaja (AMK), sirkusartisti Reetta Kinnari



Kurssilla päästetään luovuus valloilleen tekemällä omia tanssikoreografioita. Kuuden kerran aikana ehditään tehdä useampia lyhyitä koreografioita sekä ainakin yksi tanssi, jota työstetään pidemmälle. Tuntien aluksi viritäydytään ja lämmitellään erilaisin tanssileikein. Aiempaa tanssiharrastusta ei vaadita, mukaan vain intoa ja tanssin iloa! Kurssi on suunnattu 7–12-vuotiaille.

### 2060303 OMAT TANSSIT -KURSSI NUORILLE

UUTUUS

Kosken Liikuntahalli, Lampitie 3  
Perjantai 15.00–16.00  
25.10.2019–29.11.2019  
Kurssimaksu 17,00 €  
Tanssinopettaja (AMK), sirkusartisti Reetta Kinnari

Kurssilla päästetään luovuus valloilleen tekemällä omia tanssikoreografioita. Kuuden kerran aikana ehditään tehdä useampia lyhyitä koreografioita sekä ainakin yksi tanssi, jota työstetään pidemmälle. Tuntien aluksi viritäydytään yhteisillä tanssilämmittelyillä unohtamatta kehonhuoltoa. Aiempaa tanssiharrastusta ei vaadita, mukaan vain intoa ja tanssin iloa! Kurssi on suunnattu nuorille 13-vuotiaista alkaen.

**Liity onnellisten oppijoiden joukkoon!**

**2060602 AKROBATIAA ALAKOULULAISILLE**

UUTUUS

Kosken Liikuntahalli, Lampitie 3

Perjantai 15.00–16.00

13.9.2019–11.10.2019

Kurssimaksu 17,00 €

Tanssinopettaja (AMK), sirkusartisti Reetta Kinnari

Kurssilla opetellaan akrobatiaa sen eri muodoissa: eri versioita tutuista kärrynpyöristä ja kuperkeikoista, pariakrobatiaa sekä pyramideja ryhmän kannattelemana. Omalta tasolta lähtien jokainen pystyy kehittymään ja löytämään rohkeutta kurottaa vielä pidemmälle. Joka tunnilla on aikaa harjoitella avustetusti myös omia temppuja.

**KÄDENTÄIDOT****2070201 HELPPOJA JA MUKAVIA VAATTEITA OMMELLEN**

Kosken koulukeskus, Lampitie 3

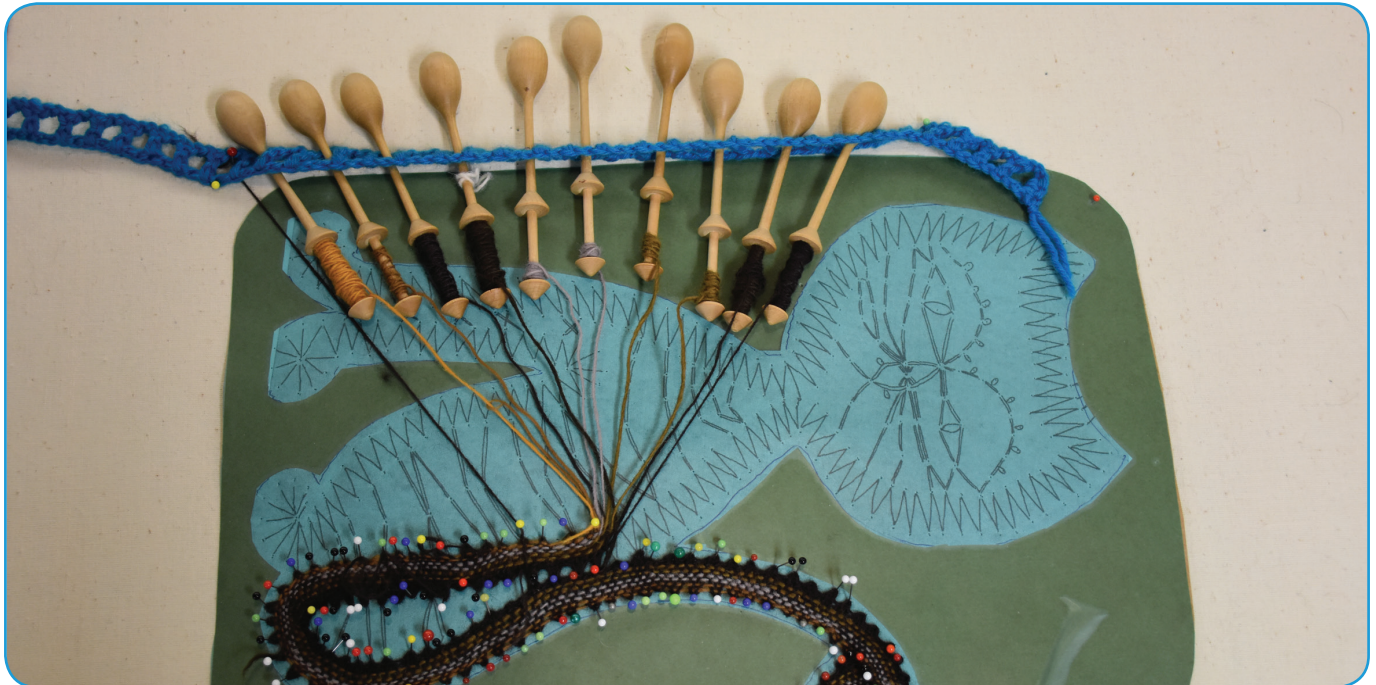
Tiistai 18.00–20.15

10.9.2019–3.12.2019, 7.1.2020–7.4.2020

Kurssimaksu 49,50 €

Ateljeeompelija Marja-Liisa Lankinen

Kurssilla ommellaan valmiskaavoilla uusia vaatteita sekä korjataan ja tuunataan vanhoja vaatteita. Ommellessa tulevat tutuksi niin ompelukoneen kuin saumurinkin käyttö. Aiemmin keskeneräisiksi jääneitä töitä voi myös ommella valmiiksi. Sopii sekä aloittelijoille että aiemmin ompelua harrastaneille.



**2070601 NYPLÄYS JA KIRJONTA**

Kosken kirjasto–Koskisasi, Hämeentie 12  
 Joka toinen tiistai 13.00–15.15  
 10.9.2019–3.12.2019 ja 7.1.2020–14.4.2020  
 Kurssimaksu 34,50 €  
 Kotiteollisuusohjaaja Leena Viljanen

Kurssilla nyplätään ja kirjotaan erilaisia töitä valintasi mukaan yhdessä uusia asioita ja ideoita etsien. Töiden myötä taidot karttuvat ja saavutetaan tekemisen ilo.

**2079901 NUKKEKODIN PIENESINEET**

Talolan koulu, Arkkilantie 2  
 Lauantai ja sunnuntai 10.00–15.00  
 7.9.2019–20.10.2019  
 Kurssimaksu 32,00 €  
 Puuseppä/ATK-insinööri Maria Malmström

Aikuisille suunnatulla kurssilla valmistetaan nukkeko-tiesineitä eri tekniikoilla. Kurssilla valmistetaan Fortuna-peli ja leluja, patja ja sänkyvaatteita, sohva tai nojatuoli. Kurssipäivät ovat 7.-8.9. 28.-29.9. 19.-20.10. Opiskelijat hankkivat materiaalit itse, joitakin tarvikkeita voi halutessaan ostaa opettajalta. Materiaaleista lähetetään sähköpostitse tietoa ennen kurssin alkamista.

**2070902 NUKKEKODIN RAKENNUSKURSSI**

Kosken koulukeskus, Lampitie 3  
 Torstai 17.00–20.15  
 19.9.2019–14.11.2019  
 Kurssimaksu 43,50 €  
 Esa Malmström, artesaani

Kurssilla valmistetaan vanerista nukkekoti opettajan mallin mukaan tai vaikkapa yhden huoneen roombox. Myös keskeneräistä nukkekotia voi tulla rakentamaan tai valmistaa puisia huonekaluja. Aiempaa kokemusta ei tarvita. Ensimmäisellä kerralla opiskellaan pienoistyökalujen käyttöä.

**2070905 TINALANKARANNEKE**

**UUTUUS**  
 Kosken koulukeskus, Lampitie 3  
 Maanantai 18.00–20.15  
 21.10.2019–11.11.2019  
 Kurssimaksu 19,50 €  
 KteO Helena Ponkala

Tule tutustumaan saamenkäsitöistä tuttuun tinalankapunokseen! Kurssilla opetellaan valmistamaan hopeanhoitoisesta tinalankapunoksesta palmikointi- ja käsinompelutekniikoita käyttäen näyttäviä poronahkaisia rannekkeita. Lämmin ja kevyt ranneke on miellyttävä käytössä, sopii kaikenikäisille ja -tyylisille. Opettajalta voi ostaa tarvikkeita, yhden rannekkeen materiaalikustannukset 12–15 €. Aikaisempaa osaamista ei tarvita.

**TIETOJENKÄSITTELY****2080201 KANNETTAVA TIETOKONE HALTUUN – KERTAUS- JA JATKOKURSSI SENIOREILLE**

Kosken kirjasto–Koskisasi, Hämeentie 12  
 Torstai 9.00–11.30  
 21.11.2019–19.12.2019  
 Kurssimaksu 19,50 €  
 Tradenomi Kai Åkerfelt

Kurssilla kerrataan tietokoneen käytön perusteita ja opitaan uusia hyödyllisiä taitoja. Opimme kytkemään kannettavan tietokoneen televisioon ja ulkoiseen näyttöön sekä perehdymme langattomien verkkojen toimintaan. Tutustumme Kelan ja verottajan verkkopalveluihin sekä Kanta-palveluun, jonka kautta voi esimerkiksi uusia reseptejä ja nähdä omat potilastietonsa. Tutuksi tulevat myös muun muassa verkkopankki- ja verkkokauppalvelut. Ota oma läppäri mukaan kurssille. Opetustilassa on käytettävissä langaton verkko. Tärkeässä osassa kurssilla ovat käytännönläheiset harjoitukset.

## HYVINVOINTI JA LIIKUNTA

### HYVINVOINTIA KUNTOSALILTA 65+

Kuntosaliharjoittelulla saatavalla lihasvoiman parane-  
misella on todettu olevan merkittävää apua ikäihmisen  
päivittäiselle toimintakyvyille. Tuula Rautoman ohjaami-  
en kuntosaliryhmien harjoitukset on suunniteltu erityi-  
sesti yli 65-vuotiaille miehille ja naisille.

Kurssit kokoontuvat Kosken liikuntahallin kuntosalissa,  
Lampitie 3, keskiviikkoisin ajalla 11.9. - 4.12.2019.

Kurssimaksu 19,50 €

### 2090101 RYHMÄ A

Keskiviikko 15.00 – 15.45

### 2090102 RYHMÄ B

Keskiviikko 16.00 – 16.45

### 2090301 KOSKEN JOOGA

Talolan koulu, Arkkilantie 2

Torstai 18.00–19.50

19.9.2019–12.12.2019

Kurssimaksu 27,00 €

Joogaopettaja Saara Turpeinen

Kaikille sopivia joogaharjoituksia. Ota mukaan jooga-  
matto, joustava asu ja huopa. Myös miehet rohkeas-  
ti mukaan.



## RUOANVALMISTUS

### 2100401 KUNNON KOTIRUOKAA JUUREKSISTA

Kosken koulukeskus, Lampitie 3

Keskiviikko 18.00–21.15

6.11.2019–13.11.2019

Kurssimaksu 17,00 €

KM Riikka Laine

Kurssilla valmistetaan yhdessä syksyn sadosta maukkai-  
ta kotiruokia ja leivonnaisia kotimaisia juureksia moni-  
puolisesti hyödyntäen. Ota mukaan sisäkengät, essu ja  
pari pyyhettä sekä rasioita kotiin viemisiä varten. Kurs-  
simaksun lisäksi opiskelijoilta peritään käteisenä 3–5 eu-  
ron raaka-ainemaksu kurssikertaa kohti.



TYKKÄÄ MEISTÄ  
FACEBOOKISSA



# SOMERO OPISTO

## Kiiruun koulukeskus

