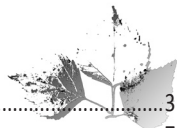


Julkinen tiedote kaikkiin talouksiin



2011 - 2012

Sisällys



Sivistysjohtajan katsaus	3
Opiston toiminta.....	7
Musiikki	12
Näyttämötaiteet	24
Kuvataiteet	25
Muotoilu ja kädenaidot	26
Kielet, kirjallisuus ja kulttuuri.....	37
Muu opetus, kasvatus, koulutus	38
Tietotekniikan hyväksikäyttö	40
Luonnontieteet.....	41
Liikunta	41
Kurssitoivelomake	55
Ilmoittautumislomake	56

Sivistysjohtajan katsaus



Elämän rajallisuus muistuttaa itsestään toisinaan myös kansalaisopiston lukuvuosisohjelman suunnittelussa. Suomussalmelaissyntyisen professorin Alpo Räisäsen oli tarkoitus vieraillla syyskuussa Puolangalla puhumassa Kainuun ja Puolangan murteesta ja seuraavana iltana Kainuun paikannimistä. Räisänen kiersi vuosikymmeniä sitten polkupyörällä talosta taloon ja kirjasi liijykynällä vihkoihin murremerkintöjä 1800-luvulla syntyneiden puolankalaisten puheesta muun muassa Lylykylässä, Törmänmäessä, Askanmäessä ja Joukokylässä.

”Kainuun paikannimien alkuperästä” -luento jäi kuitenkin suunnittelun asteelle, sillä maaliskuun alussa tuli tieto professorin poismenosta. Pian sen jälkeen kuolema pysäytti uudelleen vieraillemalla omassa perheessäni. Isän ikäpolven ikääntyminen on entistä enemmän saanut minut miettimään perimätiedon siirtämisen tärkeyttä. Edellisillä sukupolvilla on tietoja, taitoja ja muuta osaamista, jota ei saa päästää hautaan.

Perinteisten työskentelytapojen siirtäminen on ollut mielessäni entistä vahvemmin, kun olen alkanut koostaa tulevan lukuvuoden opinto-ohjelmaa. Tulevan lukuvuoden uutuuksia ovat esimerkiksi värttinäkehräyksen, kanteleensoiton ja puuvene valmistuksen kurssit. Isä—lapsi-puutyön kurssilla tai liikuntaleikkikoulussa on hyvä harjoitella oman osaamisen siirtämistä seuraavalle sukupolvelle. Yhdessä tekeminen on kansalaisopistonkin toiminnan vahvuus. Kuntienvälistä yhteistoimintaa voi harjoitella ikäihmisten virikepiirissä, joka mahdollistaa Paltamon ja Puolangan kurssilaisten etäviestinnän. Virikepiirissä on kiinnostavia ja käytännönläheisiä aiheita, joihin kannattaa käydä tutustumassa mielenkiinnon mukaan.

Menneiden aikojen perinteiden vastapainoksi tarjoamme tänä lukuvuonna uututena muun muassa musikaalia ja italian alkeita. Ohjattu kuntosaliharjoittelu eli pace mahdollistaa perinteisen kuntosaliharjoittelun uudenaikaisessa rytmisessä. Suositelen lämpimästi: tehkää rohkeita kurssivalintoja! Kokeilkaa kursseja, jollaisille ette olisi koskaan uskoneet menevänne! Kokemukset voivat yllättää teidät myönteisesti. Muistatthän, että kurssia saa kokeilla kerran ilmaiseksi, eikä siitä silloin vielä peritä kurssimaksua.

Kiitän jälleen kuntalaisia kekseliäistä kurssi-ideoista, joita toivon edelleen saavani joko sähköpostitse tai kirjallisesti opiston kurssitoivelomakkeella. Näitä kurssitoiveita ovat tämän lukuvuoden ohjelmassa esimerkiksi valusavi, seurapelit, sosiaalinen tiedottaminen ja ystäväpalvelu. Toivotulle espanjan kurssille en valitettavasti saanut opettajaa, joten tarjoamme korvaukseksi italian alkeita. Uutena muutoksena on musiikin soittotuntien muuttuminen 20-minuuttisista 30-minuuttisiksi.

Jotta uusia kursseja saadaan mahtumaan ohjelmaan, jostakin täytyy vastavuo- roisesti luopua. Lähtökohtana on, että jos kurssille ei saada mistään opettajaa tai kävijämäärät ovat hiipumaan päin, kurssi saatetaan jättää tauolle. Oman lempikurssin puuttuminen ohjelmasta ei tarkoita, että se on ikuisiksi ajoiksi menetetty, vaan se on useimmiten vain tauolla.

Kansalaisopiston tuntiopettajakunnassa tapahtuu vuosittain jonkin verran muutoksia, kun uusia tulee ja toisia lähtee tai jää tauolle. Monia liikunnan kursseille osallistuneita koskee tieto siitä, että Hanna Kemppainen on siirtymässä haistelemaan uusia tuulia. Tämän vuoksi esimerkiksi lupaamani perheuinnin kurssi ei toteudu ainakaan vielä tänä lukuvuonna. Musiikinopetukseen saamme lisävahvistukseksi Lasse Aaltosen, joka työskentelee muun muassa Pudasjärven kansalaisopistossa. Vaikka en tilanpuutteen takia pysty jokaista opettajaa tässä nimeltä mainitsemaan, haluan toivottaa tervetulleiksi töihin kaikki nykyiset ja uudet opettajamme. Teette kaikki tärkeää työtä. Myös toimistosihiteereille kuuluu kiitos kansalaisopiston pape- riviidakon hyvästä hallinnasta.

Kansalaisopiston nettiasiakaskysely toteutettiin keväällä uudestaan kahden vuo- den tauon jälkeen. Kyselyyn vastasi jälleen kolmisenkymmentä kurssilla käynyttä. Vastaajamäärät ovat toistaiseksi pieniä, joten suuria yleistyksiä tulosten perusteella ei voi tehdä. Vastausten perusteella kaikkien osa-alueiden arvioinneissa on tapahtunut nousua. Kaikkien ykkösestä kolmoseen -asteikolla arvioitavien osa-alueiden keskiarvo oli yli 2,5, ja tästä voimme olla hyvillämme.

Edelliskyselyssä heikoimmat arvosanat saaneet osa-alueet (saatu palaute ja opetusmateriaali) ovat nousseet selvimmin. Tämän pienen kyselyn perusteella kurs- sien hyödyllisyys, niiden opetustavat ja yhteistyö näyttävät olevan huippuluokkaa. Heikoimmat pisteet kurssilaiset antavat toimivuudesta ja opintojakson pituudesta. Näihin seikkoihin viitattiin useaan kertaan myös kirjallisesti annetussa palautteessa. Esimerkiksi viikonloppukurssiin toivotaan lisää pituutta. Nämä asiat on pistetty korvan taakse, ja niitä kysytellään vähitellen.

On ilahduttavaa huomata, että myös nuoret arvostavat oman kansalaisopiston

palveluja. Viime kevään kyselyyn vastanneista kaksi kolmasosaa oli 15-vuotiaita tai sitä nuorempia, kun taas vuoden 2009 kyselyssä tästä ikäryhmästä vastasi vain yksi. On toki huomattava, että opettajan nuorten oppilaiden aktiivinen kannustaminen vaikutti siihen, että tämän kevään kyselyyn innostuttiin vastaamaan. Viime kevään kysely kuvastaa karulla tavalla myös kansalaisopiston opiskelijoiden sukupuolijakamaa: kyselyyn vastasi vain yksi mies.

Opiston käytäntöjä

Puolangan kansalaisopiston lukuvuosiohjelma jaetaan koteihin nyt neljättä kertaa näppärässä taskukirjakoossa, joka kulkee tarvittaessa aina mukana.

Kansalaisopiston postituslistalle voi ilmoittautua internetissä osoitteessa http://www.puolanka.fi/fi/kansalaisopiston_postituslista/. Riittää, että ilmoittaa nimensä ja sähköpostiosoitteensa. Samalla valitaan, haluaako viestit yksittäin vai kerran päivässä yhtenä viestinä. Postituslistan jäsenet saavat opiston ajankohtaiset kuulumiset suoraan sähköpostiinsa.

Toivon, että kurssilaiset ilmoittaisivat ilmoittautumisen yhteydessä kännykkänumeronsa ja sähköpostiosoitteensa, sillä viestin lähettäminen esimerkiksi kurssin peruuntumisesta on nopeampaa kuin puhelukierros koko ryhmälle.

Kursseille on mahdollista ilmoittautua myös internetissä osoitteessa <https://www.opistopalvelut.fi/puolanka/>.

Muistutan kaikkia edelleen kausikortin hankkimisesta, sillä sen ostettuaan pystyy osallistumaan kätevästi monille kursseille ja säästää samalla pitkän sentin.

Kunnanhallitus on hyväksynyt kansalaisopiston selkeytetyn maksujärjestelmän, joka on esitelty myöhemmin tämän lukuvuosiohjelman sivuilla. Samalla päätettiin muun muassa luopua kokonaan kurssien tarvikemaksujen perimisestä. Kunnan tarkastuslautakunta on kiinnittänyt huomiota siihen, että toisinaan kurssilaiset jätettyvät pois kursseilta ilmoittamatta siitä kenellekään. Tästä sivistyslautakunta on tehnyt päätöksen, josta kerrotaan lisää seuraavilla sivuilla.

Puolangan kunnan henkilöstö saa kunnanhallituksen päätöksen perusteella 25 %:n alennuksen kausikortin hinnasta. Lisäksi kansalaisopisto saa tänä vuonna kolmatta kertaa opintoseteliavustusta, joka mahdollistaa kausikorttialennuksen erityisryhmille, kuten työttömille, eläkeläisille, maahanmuuttajille ja oppimisvaikeuksisille. Sivistyslautakunta on päättänyt, että jos opintoseteliavustusta ei riitä kaikille halukkaille, jaettavissa oleva 4 000 euroa jaetaan hakijoiden kesken arpomalla

sivistyslautakunnan 9.6. tekemän päätöksen mukaisesti. Aiempien vuosien käytännöstä poikkeavasti kaikki alennukseen oikeutetut ja sitä haluavat hakevat alennusta kirjallisesti elokuussa. Jos arvontaa ei tarvita ja kaikki hakeneet saavat avustuksen, siitä uutisoidaan kunnan internetsivulla ja Puolanka-lehdessä.

Uutena käytäntönä kokeilemme kansalaisopiston tietokannan rajoitusten vuoksi sitä, että kukin kurssi on jaettu kahdeksi kurssiksi syys- ja kevätlukukauden mukaan. Tämä on linjassa sen periaatteen kanssa, että kurssimaksut laskutetaan lukukausittain. Näin on mahdollista osallistua kurssille esimerkiksi vain syyslukukaudella. Koska kokeilu on uusi, suosittelemme, että sovitte suoraan opettajan kanssa, onko mahdollista tulla kurssille kesken talven vain kevätlukukaudeksi. Musiikin yksilöopetuksessa se ei ole mahdollista, ellei tule peruutuksia.

Olen saanut mahdollisuuden jäädä kahdeksi vuodeksi opintovapaalle tammikuun alusta alkaen. Uskon opiskelujen antavan minulle uutta virtaa ja tuoreita ideoita, kun palaan työhöni tammikuussa 2014. Kansalaisopiston rehtorin tehtäviä hoitaa poissa ollessani sijaiseksi valittava sivistysjohtaja. Tässä yhteydessä haluan kiittää opettajia, kurssilaisia ja muita yhteistyötahoja tähänastisesta yhteistyöstä.

Muistot ja kokemukset tekevät jokaisesta lukuvuodesta omannäköisensä. Toivon mukavia elämyksiä ja onnellisia kokemuksia kaikille kurseilla mukana oleville.

Viisas on se, joka löytää onnen hetkestä.

- Elokuva-ohjaaja Dome Karukoski -

Puolangalla 15.7.2011

Maija Saviniemi

sivistysjohtaja

Huomaa!

Syksyn kurseille ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8. Sitä ennen ilmoittautumisia ei oteta vastaan.

Ensimmäisenä ilmoittautumispäivänä ilmoittautumisia ottavat puhelimitse vastaan Tuula Salmela, (08) 6155 4513, tai Eeva Lauronen, (08) 6155 4515.

Ilmoittautua voi myös netissä <https://www.opistopalvelut.fi/puolanka/>.

Ruuhkan vuoksi kurseille ei voi ilmoittautua ensimmäisenä ilmoittautumispäivänä sähköpostitse eikä puhelimitse kunnan asiakaspalvelupisteeseen.

OPISTON TOIMINTA

YHTEYSTIEDOT

Puolangan kansalaisopisto, Maaherrankatu 7, 89200 PUOLANKA
<http://www.puolanka.fi/fi/kansalaisopisto>

Sivistysjohtaja

Maija Saviniemi, 044 7200 224, maija.saviniemi@puolanka.fi

Toimistosihteeri

Tuula Salmela, (08) 6155 4513, tuula.salmela@puolanka.fi

Toimistosihteeri

Eeva Lauronen, (08) 6155 4515, eeva.lauronen@puolanka.fi

TYÖKAUSI

Opinto-ohjelmassa on ryhmäkohtaisesti ilmoitettu opetuksen alkamispäivä ja kokoontumisaika. Opetusta annetaan syyslukukaudella 9 viikkoa ja kevätlukukaudella 13 viikkoa. Lomien aikana ei pääsääntöisesti anneta opetusta.

syyslukukausi	19.9.—27.11.	kevätlukukausi	16.1.—22.4.
syysloma	24.10.—30.10.	talviloma	5.3.—11.3.
joululoma	28.11.—15.1.	pääsiäisloma	6.4.—9.4.

Syyslukukauden käsitöitä on näytteillä kirjastossa kansalaisopiston joulunäyttelyssä maanantaista perjantaihin 28.11.—2.12. Kansalaisopiston työnäyttely pidetään monitoimitalolla sunnuntaina 15.4. kello 11—16 ja maanantaina 16.4. kello 9—15. Näyttelyssä käyneiden kesken arvotaan muun muassa käsitöitä. Kevätkonsertti on liikuntasalissa sunnuntaina 22.4. kello 16. Konserteista ja näyttelyistä tiedotetaan Puolanka-lehdessä ja internetissä.

OPPIKIRJAT JA MATERIAALIT

Oppikelija maksaa itse tarvitsemansa oppikirjat, materiaalit ja tarvikkeet.

OPINTORYHMÄN VÄHIMMÄISKOKO

Sivistyslautakunnan hyväksymä opintoryhmän vähimmäiskoko (musiikin kurssseja ja erityiskurssseja lukuun ottamatta) on sekä kirkonkylän ulkopuolella että kirkonkylällä neljä opiskelijaa. Kurssi keskeytyy, mikäli ryhmässä on kolme peräkkäistä kertaa opiskelijoita alle minimimäärän.

OPINTOMAKSUT

Aikuisille ja alle 16-vuotiaille on lukukausikohtaiset kurssihintansa.

Jos kurssille osallistuu ainoastaan yhdellä kokoontumiskerralla, kurssimaksua ei peritä. Jos kurssille tulee mukaan kesken lukukauden, kurssimaksu peritään normaalisti.

Kurssimaksut laskutetaan lukukauden päätyttyä.

Kunnanhallitus on hyväksynyt kansalaisopiston selkeytetyn maksujärjestelmän kokouksessaan 2.5.2011.

Enintään 4 opetustuntia (à 45 min) kestävät kurssit Ei kurssimaksua

5—10 opetustuntia (à 45 min) kestävät kurssit(aikuinen / alle 16-vuotias)

20 / 10 / lukukausi

11—60 opetustuntia (à 45 min) kestävät kurssit(aikuinen / alle 16-vuotias)

40 / 20 / lukukausi

Kausikortti (aikuinen / alle 16-vuotias).....80 / 40 / lukuvuosi

Keramiikka- tai posliinitöiden poltto kurssin ulkopuolella30 / kerta

Kangaspuiden vuokra70 / kuukausi

Tenttivalvonta 30 / tentti

Muita maksuja ei peritä.

Opetustunnin pituus on 30 (musiikki-), 45 (muut) tai 60 (jotkin musiikki- ja liikuntakurssit) minuuttia.

Alle 12-vuotiaiden lasten suositellaan osallistuvan opintoryhmiin vain huoltajan tai muun aikuisen kanssa.

MAKSUVAIHTOEHDOT

Huomaa! Kausikortin voi maksaa suoraan Puolangan kunnan tilille tilisiirtona, maksuautomaatilla tai internetissä. Tilinumero on Osuuspankkiin FI21 5366 0720 000014 ja Sampoon FI56 8000 1800 8602 40. Viestikenttään tulee kirjoittaa kirjanpitoa varten seuraavat numerosarjat: 327000 ja 1531000000. Halutessaan niiden perään voi vielä kirjoittaa (Kansalaisopiston) kausikortti. Kausikortin voi noutaa kunnan asiakaspalvelupisteestä kuittia vastaan.

Huomaa! Kurssimaksuja ei enää peritä käteisellä, vaan ne laskutetaan kurssilaisilta. Maksamattomat kurssimaksut siirtyvät perintätoimistolle.

KAUSIKORTTI

Kausikortti lunastetaan kunnanviraston neuvonnasta tai sivukylien piireissä opettajalta. Kausikortti oikeuttaa opiskelemaan useassa opintoryhmässä koko lukuvuoden. Kausikortti on henkilökohtainen.

Puolangan kunnan henkilöstö saa kansalaisopiston kausikortista 25 %:n alennuksen, jolloin sen hinnaksi jää 60 euroa.

Syyslukukaudella kansalaisopisto myöntää 30 euron alennuksen kansalaisopiston kausikortin hinnasta seuraaviin kohderyhmiin kuuluville: maahanmuuttajille, työttömille, senioreille, eläkkeellä oleville, alhaisen pohjakoulutuksen käyneille sekä oppimisvaikeuksia kokeville. Heille maksettavaa jää siis 50 euroa. Kausikortin yhteydessä on esitettävä alennukseen oikeuttava todistus. Alennusta voidaan jakaa syyslukukauden aikana.

Jos opintoteliavustusta ei riitä kaikille halukkaille, sivistyslautakunnan 9.6. tekemän päätöksen mukaisesti jaettavissa oleva 4 000 euroa jaetaan hakijoiden kesken arpomalla. Hakuaika on kaksi viikkoa 1.8.—14.8. Hakulomake on saatavissa sähköisenä kunnan internetsivuilta sekä paperiversiona kunnan asiakaspalvelupisteestä maanantaista 1.8. alkaen. Opintoteliavustuksen saajat ovat tiedossa keskiviikkoon 24.8. mennessä, ja jos avustusta tarvitsee arpoa, hakijoille tiedotetaan asiasta tekstiviestitse tai puhelimitse. Jos arvontaa ei tarvita ja kaikki hakeneet saavat avustuksen, siitä ei tiedoteta henkilökohtaisesti, vaan siitä uutisoidaan kunnan internetsivulla ja Puolankalehdessä. Ilmoittautuminen syksyn kursseille alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

ILMOITTAUTUMINEN

Opiskelijaksi ilmoittaudutaan yleensä kurssin opettajalle oppitunnin alussa. Ilmoittautuessa täytetään ilmoittautumislomake. Joillekin kursseille ilmoittaudutaan ennakkoon kunnanviraston neuvontaan tai internetissä osoitteessa <https://www.opistopalvelut.fi/puolanka/>. Näistä kursseista ilmoitetaan ohjelmassa erikseen.

Opintoryhmiin voi ilmoittautua kesken lukukauttakin, jos ryhmissä on tilaa. Ennakoilmoittautumisesta on maininta asianomaisten kurssien kohdalla erikseen. Ennakkoon ilmoittaudutaan internetissä osoitteessa <https://www.opistopalvelut.fi/puolanka/> tai kunnan asiakaspalvelupisteeseen puhelinnumeroon (08) 6155 441.

POISSAOLOT

Jos opiskelu estyy, opiskelijapaikan peruutuksesta on aina ilmoitettava heti. Huomaa! Jos olet kurssilta kaksi kertaa pois peräkkäin ilmoittamatta siitä opettajalle, menetät paikkasi kurssilla ja sinulta peritään kuitenkin koko kurssin kurssimaksu.

TODISTUKSET JA VAKUUTUKSET

Opiskelija voi pyynnöstä saada todistuksen opinnoistaan.

Jokaisen opiskelijan on itse huolehdittava vakuutusturvastaan opintoryhmissä mahdollisesti sattuvien vahinkojen varalta.

Huom.! Muutokset opinto-ohjelmassa ovat mahdollisia. Muutoksista ja uusista kursseista ilmoitetaan Puolanka-lehdessä kansalaisopiston palstalla sekä kansalaisopiston postituslistalla ja internetsivulla. Kevään ohjelman tarkennukset julkaistaan vuodenvaihteen Puolanka-lehdessä, joka ilmestyy torstaina 29.12.

OPINTOPAIKAT

* Kirkonkylän opintopiireistä valtaosa pidetään monitoimitalolla ja Puolankajärven koululla.

* Metalli-, puutyö- ja käsityöluokka sijaitsevat Puolankajärven koulun pajarakennuksessa.

Opintopaikkojen osoitteet:

Aurala

Entinen vanhainkoti

Honkavaaran hiihtokeskus

Joukokylän koulu

Koivuranta

Korsu, Heikkilän alakerta

Metsätyömieskoti

Monitoimitalo

Mäntykoti

Puolangan palvelukoti

Puolankajärven koulu

Tapanila

Tuulentupa

Väyrylän koulu

Taivalkoskentie 67 B, 89200 Puolanka

Havutie 1, 89200 Puolanka

Honkatie 1, 89200 Puolanka

Taivalkoskentie 290 A, 89320 Joukokylä

Ouluntie 13, 89200 Puolanka

Maaherrankatu 7, 89200 Puolanka

Havutie 2, 89200 Puolanka

Ouluntie 16 A, 89200 Puolanka

Ouluntie 11, 89200 Puolanka

Kyöstinpolku 16, 89200 Puolanka

Koulukatu 2, 89200 Puolanka

Lylykyläntie 219, 89200 PUOLANKA

Suolijärventie 111, 89330 Suolijärvi

Paltamontie 245, 89200 Puolanka

MUSIIKKI



Huomaathan ilmoittautuessasi, että kurssit on aiemmasta käytännöstä poikkeavasti jaettu kahtia syys- ja kevätlukukauden mukaisesti. Jos olet kurssilla mukana koko lukuvuoden, ilmoittaudu molemmille kursseille!

Huomaathan myös, että kesken lukuvuoden uusia opiskelijoita otetaan musiikin kursseille ainoastaan peruutuspaikoille.

Kurssin kohdalla ilmoitettu kurssimaksu on aikuisen maksama hinta. Alle 16-vuotiaan maksu on siitä puolet.

Bassonsoitto, syksy..... 110101a

Korsu, Heikkilän alakerta, Maaherrankatu 7

Laura Tykkyläinen

Kurssimaksu 20

19.9.—27.11.

Bassonsoiton opiskelija voi olla vasta-alkaja tai soiton alkeet hallitseva. Kullekin bassonsoittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikossa). Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti. Bassonsoitto suositellaan aloitettavan aikaisintaan 9-vuotiaana. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Bassonsoitto, kevät..... 110101b

Korsu, Heikkilän alakerta, Maaherrankatu 7

Laura Tykkyläinen

Kurssimaksu 20

16.1.—22.4.

Katso syksyn kurssikuvaus.

Bassonsoitto, syksy.....110101c

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Erkki Rimpinen

Kurssimaksu 20

19.9.—27.11.

Bassonsoiton opiskelija voi olla vasta-alkaja tai soiton alkeet hallitseva. Kullekin bassonsoittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikossa). Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti. Bassonsoitto suositellaan aloitettavan aikaisintaan 9-vuotiaana. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Bassonsoitto, kevät..... 110101d
***Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* Erkki Rimpinen**
Kurssimaksu 20 16.1.—22.4.
Katso syksyn kurssikuvaus.

Bassonsoitto, syksy..... 110101e
***Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* Lasse Aaltonen**
Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.

Bassonsoiton opiskelija voi olla vasta-alkaja tai soiton alkeet hallitseva. Kulekin bassonsoittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikossa). Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti. Bassonsoitto suositellaan aloitettavan aikaisintaan 9-vuotiaana. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Bassonsoitto, kevät..... 110101f
***Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* Lasse Aaltonen**
Kurssimaksu 20 16.1.—22.4.
Katso syksyn kurssikuvaus.

Bändiohjaus, syksy..... 110103a
***Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* Laura Tykkyläinen**
Kurssimaksu 40 19.9.—27.11.

Opetellaan bändityöskentelyä (yhteissoiton perusteita) kitaran, basson, rumpujen ja kosketinsoitinten kanssa—bändin jäsenet voivat soittaa myös vuorotellen eri soittimia. Kurssilla on tarkoitus opetella biisejä pop- ja rockmusiikin eri tyyli- ja aikakausilta. Tällä kurssilla pyritään hyödyntämään niitä taitoja, joita kunkin soittimen soittotunneilla on karttunut. Bändeillä on mahdollisuus myös äänitteen (CD-levyn) tekemiseen. Aikaa yhtä bändiä kohti varataan 60 minuuttia viikossa. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Bändiohjaus, kevät 110103b
***Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* Laura Tykkyläinen**
Kurssimaksu 40 16.1.—22.4.
Katso syksyn kurssikuvaus.

Bändiohjaus, syksy.....110103c
***Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* Erkki Rimpinen**
Kurssimaksu 40 19.9.—27.11.

Opetellaan bändityöskentelyä (yhteissoiton perusteita) kitaran, basson, rumpujen ja kosketinsoitinten kanssa—bändin jäsenet voivat soittaa myös vuorotellen eri soittimia. Kurssilla on tarkoitus opetella biisejä pop- ja rockmusiikin eri tyyli- ja aikakausilta. Tällä kurssilla pyritään hyödyntämään niitä taitoja, joita kunkin soittimen soittotunneilla on karttunut. Bändeillä on mahdollisuus myös äänitteen (CD-levyn) tekemiseen. Aikaa yhtä bändiä kohti varataan 60 minuuttia viikko. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Bändiohjaus, kevät 110103d
***Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* Erkki Rimpinen**
Kurssimaksu 40 16.1.—22.4.
Katso syksyn kurssikuvaus.

Harmonikansoitto, syksy..... 110104a
***Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* Tero Kähkönen**
Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.

Opitaan soittamaan harmonikkaa yhdessä ja erikseen. Opetuksessa käydään läpi harmonikansoiton alkeita ja teoriaa sekä tehdään teknisiä harjoituksia. Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti ilmoittautumisen yhteydessä. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18 tai keskiviikkoon 14.9. mennessä puhelimitse Tero Kähköselle, 040 5242 186.

Harmonikansoitto, kevät..... 110104b
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 ***Tero Kähkönen***
Kurssimaksu 20 16.1.—22.4.
Katso syksyn kurssikuvaus.

Huilunsoitto, syksy..... 110105a
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 ***Erkki Rimpinen***
Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.
Huilunsoiton opiskelija voi olla vasta-alkaja tai soiton alkeet hallitseva. Soittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikossa). Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Huilunsoitto, kevät 110105b
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 ***Erkki Rimpinen***
Kurssimaksu 20 16.1.—22.4.
Katso syksyn kurssikuvaus.

Huilunsoitto, syksy.....110105c
Korsu, Heikkilän alakerta, Maaherrankatu 7 ***Laura Tykkyläinen***
Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.
Huilunsoiton opiskelija voi olla vasta-alkaja tai soiton alkeet hallitseva. Soittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikossa). Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Huilunsoitto, kevät 110105d
Korsu, Heikkilän alakerta, Maaherrankatu 7 ***Laura Tykkyläinen***
Kurssimaksu 20 16.1.—22.4.
Katso syksyn kurssikuvaus.

Kanteleensoiton alkeisryhmä aikuisille, syksy..... 110106
Korsu, Heikkilän alakerta, Maaherrankatu 7 **Laura Tykkyläinen**
Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.

Harjoitellaan lasten- ja kansanlaulujen säestämistä sekä näppäilysoiton alkeita viisikielisillä kanteleilla. Perehdytään myös kanteleen virittämiseen ja mahdollisesti soinnutuksen perusteisiin. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Kitaransoitto, syksy..... 110107a
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 **Lasse Aaltonen**
Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.

Kitaransoiton opiskelija voi olla vasta-alkaja tai soiton alkeet hallitseva. Kitaransoittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikossa). Kitaransoitto suositellaan aloitettavaksi aikaisintaan 9-vuotiaana. Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Kitaransoitto, kevät..... 110107b
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 **Lasse Aaltonen**
Kurssimaksu 20 16.1.—22.4.

Katso syksyn kurssikuvaus.

Kitaransoitto, syksy.....110107c
Korsu, Heikkilän alakerta, Maaherrankatu 7 **Laura Tykkyläinen**
Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.

Kitaransoiton opiskelija voi olla vasta-alkaja tai soiton alkeet hallitseva. Kitaransoittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikossa). Kitaransoitto suositellaan aloitettavaksi aikaisintaan 9-vuotiaana. Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Kitaransoitto, kevät..... 110107d
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 ***Laura Tykkyläinen***
Kurssimaksu 20 16.1.—22.4.
Katso syksyn kurssikuvaus.

Kitaransoitto, syksy..... 110107e
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 ***Erkki Rimpinen***
Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.

Kitaransoiton opiskelija voi olla vasta-alkaja tai soiton alkeet hallitseva. Kitaransoittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikossa). Kitaransoitto suositellaan aloitettavaksi aikaisintaan 9-vuotiaana. Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Kitaransoitto, kevät..... 110107f
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 ***Erkki Rimpinen***
Kurssimaksu 20 16.1.—22.4.
Katso syksyn kurssikuvaus.

Musiikin virikepiiri, Koivuranta, syksy..... 110108a
Koivuranta, Ouluntie 13 ***Ismo Väisänen***
Kurssimaksu 20 keskiviikko 14—14.45, 21.9.—23.11., 9 t
Kaikille avoimen virikepiirin tavoitteena on laulutaidon harjoittamisen lisäksi virkistäytyä musiikin, muun muassa yhteislaulun, avulla.

Musiikin virikepiiri, Koivuranta, kevät 110108b
Koivuranta, Ouluntie 13 ***Ismo Väisänen***
Kurssimaksu 40 keskiviikko 14—14.45, 18.1.—18.4., 13 t
Ks. syksyn kurssikuvaus.

- Musiikin virikepiiri, Mäntykoti, syksy 110109a**
Mäntykoti, Ouluntie 11 **Ismo Väisänen**
 Kurssimaksu 20 tiistai 13—13.45, 20.9.—22.11., 9 t
 Kaikille avoimen virikepiirin tavoitteena on laulutaidon harjoittamisen lisäksi virkistäytyä musiikin, muun muassa yhteislaulun, avulla.
- Musiikin virikepiiri, Mäntykoti, kevät 110109b**
Mäntykoti, Ouluntie 11 **Ismo Väisänen**
 Kurssimaksu 20 tiistai 13—13.45, 17.1.—17.4., 13 t
 Katso syksyn kurssikuvaus.
- Musiikin virikepiiri, Palvelukoti, syksy 110110a**
Puolangan Palvelukoti, Kyöstinpolku 16 **Ismo Väisänen**
 Kurssimaksu 20 keskiviikko 15—15.45, 21.9.—23.11., 9 t
 Kaikille avoimen virikepiirin tavoitteena on laulutaidon harjoittamisen lisäksi virkistäytyä musiikin, muun muassa yhteislaulun, avulla.
- Musiikin virikepiiri, Palvelukoti, kevät 110110b**
Puolangan Palvelukoti, Kyöstinpolku 16 **Ismo Väisänen**
 Kurssimaksu 40 keskiviikko 15—15.45, 18.1.—18.4., 13 t
 Katso syksyn kurssikuvaus.
- Musiikki, Joukokylä, syksy..... 110111a**
Joukokylän koulu, Taivalkosentie 290 A **Erkki Rimpinen**
 Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.
 Mahdollisuus pianon-, kitaran-, basson-, huilun- ja saksofoninsoiton opiskeluun. Soitonopiskelija voi olla vasta-alkaja tai soiton alkeet hallitseva. Kullekin soittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikko). Ilmoittautuminen kunnan keskukseen keskiviikkoon 14.9. mennessä. Huom.! Kylältä tarvitaan yhteensä vähintään neljä soittajaa, jotta opetus toteutuu. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8 ja päättyy keskiviikkona 14.9.

Musiikki, Joukokylä, kevät 110111b

Joukokylän koulu, Taivalkoskentie 290 A Erkki Rimpinen

Kurssimaksu 20 16.1.—22.4.

Katso syksyn kurssikuvaus.

Musiikki, Väyrylä, syksy 110112a

Väyrylän koulu, Paltamontie 245 Laura Tykkyläinen

Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.

Mahdollisuus pianon-, kitaran-, viulun-, sellon-, huilun- ja bassonsoiton opiskeluun. Soitonopiskelija voi olla vasta-alkaja tai soiton alkeet hallitseva. Kullekin soittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikko). Huom.! Kylältä tarvitaan yhteensä vähintään neljä soittajaa, jotta opetus toteutuu. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8 ja päättyy keskiviikkona 14.9.

Musiikki, Väyrylä, kevät 110112b

Väyrylän koulu, Paltamontie 245 Laura Tykkyläinen

Kurssimaksu 20 16.1.—22.4.

Katso syksyn kurssikuvaus.

Nokkahuilunsoitto, syksy 110113a

Korsu, Heikkilän alakerta, Maaherrankatu 7 Laura Tykkyläinen

Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.

Nokkahuilunsoiton opiskelija voi olla vasta-alkaja tai soiton alkeet hallitseva. Soittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikko). Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Nokkahuilunsoitto, kevät 110113b

Korsu, Heikkilän alakerta, Maaherrankatu 7 Laura Tykkyläinen

Kurssimaksu 20 16.1.—22.4.

Katso syksyn kurssikuvaus.

Pianonsoitto, syksy **110114a**
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 **Lasse Aaltonen**
Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.

Pianonsoiton opiskelija voi olla vasta-alkaja tai soiton alkeet hallitseva. Pianonsoittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikossa). Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Pianonsoitto, kevät **110114b**
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 **Lasse Aaltonen**
Kurssimaksu 20 16.1.—22.4.

Katso syksyn kurssikuvaus.

Pianonsoitto, syksy **110114c**
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 **Tiinamari Seppänen**
Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.

Pianonsoiton opiskelija voi olla vasta-alkaja tai soiton alkeet hallitseva. Pianonsoittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikossa). Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Pianonsoitto, kevät **110114d**
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 **Tiinamari Seppänen**
Kurssimaksu 20 16.1.—22.4.

Katso syksyn kurssikuvaus.

Pianonsoitto, syksy **110114e**
Korsu, Heikkilän alakerta, Maaherrankatu 7 **Laura Tykkyläinen**
Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.

Pianonsoiton opiskelija voi olla vasta-alkaja tai soiton alkeet hallitseva. Pianonsoittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikossa). Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Pianonsoitto, kevät..... 110114f

Korsu, Heikkilän alakerta, Maaherrankatu 7

Laura Tykkyläinen

Kurssimaksu 20

16.1.—22.4.

Katso syksyn kurssikuvaus.

Rumpujensoitto, syksy..... 110115a

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Rami Rimpinen

Kurssimaksu 20

19.9.—27.11.

Rumpukurssilla oppii erilaisia kompeja ja soittotekniikkaa kehittäviä harjoituksia. Tunneilla voidaan ottaa huomioon oppilaan toiveita, esimerkiksi opetella kappale. Musiikkityyleinä muun muassa rock, pop, heavy, latin ja funk. Kurssi järjestetään viikonloppuopetuksena, ja ajankohdasta tiedotetaan Puolankalehdessä kansalaisopiston palstalla.

Rumpujensoitto, kevät..... 110115b

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Rami Rimpinen

Kurssimaksu 20

16.1.—22.4.

Katso syksyn kurssikuvaus.

Saksofoninsoitto, syksy..... 110116a

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Erkki Rimpinen

Kurssimaksu 20

19.9.—27.11.

Saksofoninsoiton opiskelija voi olla vasta-alkaja tai soiton alkeet hallitseva. Soittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikossa). Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Saksofoninsoitto, kevät..... 110116b

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Erkki Rimpinen

Kurssimaksu 20

16.1.—22.4.

Katso syksyn kurssikuvaus.

Sellonsoitto, syksy 110117a
***Korsu, Heikkilän alakerta, Maaherrankatu 7* Laura Tykkyläinen**
Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.

Sellonsoiton opiskelija voi olla vasta-alkaja tai soiton alkeet hallitseva. Kullekin soittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikossa). Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Sellonsoitto, kevät 110117b
***Korsu, Heikkilän alakerta, Maaherrankatu 7* Laura Tykkyläinen**
Kurssimaksu 20 16.1.—22.4.

Katso syksyn kurssikuvaus.

Viulunsoiton alkeet, syksy 110118a
***Korsu, Heikkilän alakerta, Maaherrankatu 7* Laura Tykkyläinen**
Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.

Kurssille otetaan aloittavia ja alkeita opettelevia. Alle 9-vuotiailla aloittajilla tulee olla tekijöiden Kiiski, Leena—Lannes-Tukiainen, Sirpa—Manninen, Tarja teos Viuluni soi. Myös käytetty kirja käy. Kullekin soittajalle varataan oma aika (30 minuuttia viikossa). Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Viulunsoiton alkeet, kevät..... 110118b
***Korsu, Heikkilän alakerta, Maaherrankatu 7* Laura Tykkyläinen**
Kurssimaksu 20 16.1.—22.4.

Katso syksyn kurssikuvaus.

Yhtyelaulu, syksy 110119a
***Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* Laura Tykkyläinen**
Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.

Yhtyelaulussa lauletaan monipuolista ohjelmistoa 2—4-äänisesti. Aikuisten lauluhytye kokoontuu tiistaisin klo 19—20 Puolankajärven koululla. Nuorten ja lasten lauluhytyeet muodostetaan, mikäli tulijoita on vähintään kolme. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Yhtyelaulu, kevät 110119b
***Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* Laura Tykkyläinen**
Kurssimaksu 40 16.1.—22.4.
Katso syksyn kurssikuvaus.

Yhtyesoitto, syksy 110120a
***Korsu, Heikkilän alakerta, Maaherrankatu 7* Laura Tykkyläinen**
Kurssimaksu 20 19.9.—27.11.

Kurssilla soitetaan klassista musiikkia tai kansan- ja viihdesävelmiä 2—6 soittajan kokoonpanoissa akustisin soittimin (muun muassa. nuorten soitinyhdyt, aikuisten nokkahuiluryhmä). Soittokerran pituus riippuu ryhmän koosta ja innosta, 20—60 minuuttia viikossa. Kurssilla opitaan toisten kuuntelemista sekä yhteissoittotaitoa. Aika ja paikka sovitaan opiskelijoiden kanssa henkilökohtaisesti. Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 18.

Yhtyesoitto, kevät 110120b
***Korsu, Heikkilän alakerta, Maaherrankatu 7* Laura Tykkyläinen**
Kurssimaksu 40 16.1.—22.4.
Katso syksyn kurssikuvaus.

NÄYTTÄMÖTAITEET



Huomaathan ilmoittautuessasi, että kurssit on aiemmasta käytännöstä poikkeavasti jaettu kahtia syys- ja kevätlukukauden mukaisesti. Koska olet kurssilla mukana koko lukuvuoden, ilmoittautu molemmille kurseille ilmoittautumistilaisuudessa Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. klo 17.30.

Kurssin kohdalla ilmoitettu kurssimaksu on aikuisen maksama hinta. Alle 16-vuotiaan maksu on siitä puolet.

Musikaali, syksy..... 110201a

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A Laura Tykkyläinen, Eerika Kempainen
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Kurssimaksu 40 19.9.—27.11., 36 t

maanantai 15—16, keskiviikko 15—16, torstai 15.15—17.15

Kurssilla toteutetaan musikaali, jossa yhdistetään näyttelemistä, tanssimista ja laulamista. Kaikkien yhteinen harjoitus on kerran viikossa (kesto noin kaksi tuntia) ja tämän lisäksi tanssiharjoituksia tai bändiharjoituksia on 0—2 kertaa viikossa roolin mukaan. Ennen esitystä harjoitustahti tiivistyy. Tanssiharjoitukset ohjaa Eerika Kempainen. Kurssi on suunnattu 12—18-vuotiaille.

Kurssi alkaa yhteisharjoituksella liikuntasalissa maanantaina 19.9. kello 15—16.

Tanssiharjoitukset pidetään maanantaisin ja keskiviikkoisin kello 15—16 liikuntasalissa. Näytelmä- ja yhteisharjoitus pidetään torstaisin kello 15.15—17.15 monarilla.

Ilmoittautuminen Puolankajärven koulun musiikkiluokassa maanantaina 12.9. kello 17.30.

Musikaali, kevät..... 110201b

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A Laura Tykkyläinen, Eerika Kempainen
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Kurssimaksu 40 16.1.—19.2., 60 t

maanantai 15—16, keskiviikko 15—16, torstai 15.15—17.15

Katso syksyn kurssikuvaus. Helmikuussa ennen esitystä harjoitustahti tiivistyy.

KUVATAITEET



Huomaathan ilmoittautuessasi, että kurssit on aiemmasta käytännöstä poikkeavasti jaettua kahtia syys- ja kevätlukukauden mukaisesti. Jos olet kurssilla mukana koko lukuvuoden, ilmoittaudu molemmille kursseille!

Kurssin kohdalla ilmoitettu kurssimaksu on aikuisen maksama hinta. Alle 16-vuotiaan maksu on siitä puolet.

Maalaus ja piirustus, Suolijärvi, syksy..... 110301a
Tuulentupa, Suolijärventie 111 **Pirkko Hiltunen**

Kurssimaksu 40 maanantai 18—21, 19.9.—21.11., 36 t

Kurssin tavoitteena on oppia kuvataiteen monimuotoisuutta käyttämällä erilaisia maalaustekniikoita ja tyyliisuuntia. Kurssilla opitaan maalaamaan ja piirtämään erilaisia tekniikoita käyttäen. Malleina käytetään muun muassa omia valokuvia ja asetelmia.

Maalaus ja piirustus, Suolijärvi, kevät..... 110301b
Tuulentupa, Suolijärventie 111 **Pirkko Hiltunen**

Kurssimaksu 40 maanantai 18—21, 16.1.—16.4., 52 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Posliininmaalaus, syksy..... 110302a
Monitoimitalo, Ouluntie 16 A **Terttu Juntunen**

Kurssimaksu 40 lauantai 10—16, sunnuntai 10—16, 17.9.—9.10., 32 t

Enintään 12 opiskelijaa

Maalataan posliini- ja keramiikka-astioita erilaisin menetelmin. Kokoontumisajat: Lauantai—sunnuntai 17.—18.9. ja lauantai—sunnuntai 8.—9.10. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Posliininmaalaus, kevät 110302b
Monitoimitalo, Ouluntie 16 A **Terttu Juntunen**

Kurssimaksu 40 lauantai 10—16, sunnuntai 10—16, 21.1.—5.2., 32 t

Enintään 12 opiskelijaa

Katso syksyn kurssikuvaus. Kokoontumisajat: Lauantai—sunnuntai 21.—22.1. ja lauantai—sunnuntai 4.—5.2.

Öljyvärimaalaus, syksy..... 110303a
Monitoimitalo, Ouluntie 16 A **Pirkko Hiltunen**

Kurssimaksu 40 tiistai 17.30—20.30, 20.9.—22.11., 36 t

Kurssin tavoitteena on oppia kuvataiteen monimuotoisuutta käyttämällä erilaisia maalaustekniikoita ja tyyliisuuntia. Kurssilla maalataan öljyväreillä erilaisilla tekniikoilla. Malleina käytämme asetelmia ja omia valokuvia.

Öljyvärimaalaus, kevät 110303b
Monitoimitalo, Ouluntie 16 A **Pirkko Hiltunen**

Kurssimaksu 40 tiistai 17.30—20.30, 17.1.—17.4., 52 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

MUOTOILU JA KÄDENTAITOT



Huomaathan ilmoittautuessasi, että kurssit on aiemmasta käytännöstä poikkeavasti jaettava kahtia syys- ja kevätlukukauden mukaisesti. Jos olet kurssilla mukana koko lukuvuoden, ilmoittaudu molemmille kurseille!

Kurssin kohdalla ilmoitettu kurssimaksu on aikuisen maksama hinta. Alle 16-vuotiaan maksu on siitä puolet. Perhekohtainen maksu on määritetty kurssikuvauksessa erikseen.

Antiikkinalle, kevät 110401
Monitoimitalo, Ouluntie 16 A **Terttu Juntunen**

Kurssimaksu 40 lauantai 10—15, sunnuntai 10—15, 18.2.—24.3., 24 t
Enintään 12 opiskelijaa

Kurssilla valmistetaan antiikkinalle perinteisin menetelmin käsin ommellen villamohairkankaista, asetetaan liikkuvat nivelet ja täytetään puulastulla. Silmiksi tulee lasisilmät. Kokoontumisajat: lauantai—sunnuntai 18.—19.2., lauantai 25.2. ja lauantai 24.3. kello 10—15. Päivän aikana pidetään puolen tunnin tauko. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Askartelu, palvelukoti, syksy 110402a
Puolangan Palvelukoti, Kyöstinpolku 16 **Liisa Heikkinen**

Kurssimaksu 40 tiistai 10—11.30, 20.9.—22.11., 18 t

Kaikille avoimella kurssilla tavoitteena on henkisen vireyden ylläpito. Kurssilla suunnitellaan ja valmistellaan erilaisia käsi- ja askartelutöitä.

Askartelu, palvelukoti, kevät 110402b
Puolangan Palvelukoti, Kyöstinpolku 16 **Liisa Heikkinen**

Kurssimaksu 40 tiistai 10—11.30, 17.1.—17.4., 26 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Huovutus, syksy 110403a
Monitoimitalo, Ouluntie 16 A **Seija Suorsa**

Kurssimaksu 40 16.9.—20.11., 40 t

Enintään 10 opiskelijaa

Kurssilla valmistetaan huovutustöitä neula- ja märkähuovutusta käyttäen. Kurssilla voi huovuttaa tasotöinä muun muassa patalappuja, kengänpohjallisia, istuinalustoja, vaunun- ja pulkanlämmittimiä, liioja, verhoja sekä niin sanottua kangasta, josta voi ommella tyynynpäällisiä, liivejä ynnä muita. Moniulotteisina töinä voi huovuttaa muun muassa kintaita, hattuja, tossuja ja laukkuja. Ensimmäisellä kokoontumiskerralla suunnitellaan töitä ja tehdään villatilauks. Kokoontumisajat: perjantai 16.9. kello 18—21, perjantai 14.10. kello 18—21, lauantai—sunnuntai 15.—16.10. kello 10—15.45, perjantai 18.11. kello 18—21, lauantai—sunnuntai 19.—20.11. kello 10—15.45. Lauantaisin ja sunnuntaisin päivän aikana pidetään puolen tunnin tauko. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8 ja päättyy perjantaina 9.9.

Huovutus, kevät 110403b
Monitoimitalo, Ouluntie 16 A **Seija Suorsa**

Kurssimaksu 40 13.1.—12.2., 36 t

Enintään 10 opiskelijaa

Katso syksyn kurssikuvaus. Kokoontumisajat: perjantai 13.1. kello 18—21, lauantai—sunnuntai 14.—15.1. kello 10—15.45, perjantai 10.2. kello 18—21 ja lauantai—sunnuntai 11.—12.2. kello 10—15.45.

Isä—lapsi-puutyö, kevät 110404

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* *Leevi Oikarinen

Kurssimaksu 40 maanantai 17—20, 18.1.—18.4., 56 t

Isä—lapsi-puutyössä on mahdollista valmistaa puisia leluja ja muita pieniä puutöitä. Ryhmä on tarkoitettu 6—10-vuotiaille vanhemman mukana. Kurssimaksu on perhekohtainen.

Jouluauskartelu, syksy 110405

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A* *Seija Suorsa

Kurssimaksu 40 30.9.—26.11., 25 t

Kurssilla valmistetaan jouluisia askartelutöitä, muun muassa huovutetaan joulukuusen koristeita, tonttuja, enkeleitä ja kuusia, askarrellaan joulukortteja sekä valmistetaan kransseja ja palloja tuohesta, katajasta ynnä muista luonnonmateriaaleista. Ensimmäisellä kokoontumiskerralla valitaan toteutettavat työt ja tehdään tarvike tilaus. Kokoontumisajat: perjantai 30.9. kello 18—21, lauantai 22.10. kello 10—15.45, lauantai 12.11. kello 10—15.45 ja lauantai 26.11. kello 10—15.45. Päivän aikana pidetään puolen tunnin tauko. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8 ja päättyy perjantaina 23.9.

Kankaankudonta, syksy..... 110406a

Entinen vanhainkoti, Havutie 1* *Liisa Heikkinen

Kurssimaksu 40 tiistai 13—16, 20.9.—22.11., 36 t

Kurssin tavoitteina ovat kutomisen perusteet, työtapojen, menetelmien ja materiaalien tuntemus. Kurssisisältöinä ovat perusasioiden kertaus sekä suunnittelun ja käytännön taitaminen.

Kankaankudonta, kevät 110406b

Entinen vanhainkoti, Havutie 1* *Liisa Heikkinen

Kurssimaksu 40 tiistai 13—16, 17.1.—17.4., 52 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Keramiikka, syksy 110407

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A Maire Timoniemi

Kurssimaksu 40 lauantai 10—16, sunnuntai 10—16, 24.9.—30.10., 32 t

Enintään 12 opiskelijaa

Kurssilla opetellaan käsittelemään ja työstämään materiaalia sekä käyttämään sitä valmiina tuotteena. Kokoontumisajat: lauantai—sunnuntai 24.—25.9., lauantai 1.10. ja sunnuntai 30.10. kello 10—16. Päivän aikana on puolen tunnin tauko. Materiaalit maksetaan opettajalle. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Kädentaitokurssi 7—12-vuotiaille, syksy 110408a

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A Seija Suorsa

Kurssimaksu 20 keskiviikko 15.15—16.45, 21.9.—23.11., 18 t

Kurssilla harjaannutetaan kädentaitoja, väri- ja materiaalituntemusta sekä luovuutta valmistaen askartelu- ja käsitöitä. Kurssilla muun muassa maalataan tarjotin, huovutetaan laukku, valmistetaan saippuaa ja askarrellaan massasta. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Kädentaitokurssi 7—12-vuotiaille, kevät 110408b

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A Seija Suorsa

Kurssimaksu 20 keskiviikko 15.15—16.45, 18.1.—18.4., 26 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Käsityö, Metsätyömieskoti, syksy 110409a

Metsätyömieskoti, Havutie 2 Liisa Heikkinen

Kurssimaksu 40 keskiviikko 12—15, 21.9.—23.11., 36 t

Kurssin tavoitteena on henkisen vireyden ylläpito. Kurssilla tutustutaan perinteisiin työtapoihin ja malleihin. Sen aikana valmistetaan erilaisia käsitöitä toiveiden mukaan.

Käsityö, Metsätyömieskoti, kevät 110409b

Metsätyömieskoti, Havutie 2 Liisa Heikkinen

Kurssimaksu 40 keskiviikko 12—15, 18.1.—18.4., 52 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Käsityö, monitoimitalo, syksy..... 110410a

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A *Seija Suorsa*

Kurssimaksu 40 torstai 9—12, 22.9.—24.11., 36 t

Päiväsaikaan kokoontuvalla kurssilla valmistetaan ompelu- ja kirjontatöitä oman mielenkiinnon ja tarpeiden mukaan. Teemana jatkuu villa- eli rekipeitto-kirjonta ja valmistaa voi seinävaatteen, tyynynpäällisen tai laukun. Ensimmäisellä kokoontumiskerralla tehdään kankaasta ja langoista yhteistilaus.

Käsityö, monitoimitalo, kevät 110410b

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A *Seija Suorsa*

Kurssimaksu 40 torstai 9—12, 19.1.—19.4., 52 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Lasinsulatus, kevät..... 110411

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A *Maire Timoniemi*

Kurssimaksu 40 lauantai 10—16, sunnuntai 10—16, 3.1.—22.4., 32 t

Kurssilla opetellaan käsittelemään ja työstämään materiaalia sekä käyttämään sitä valmiina tuotteena. Kokoontumisajat: lauantai—sunnuntai 3.—4.3. kello 10—16 ja lauantai—sunnuntai 10.—11.3. kello 10—16. Päivän aikana on puolen tunnin tauko. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Maamoottoriipiiri, syksy..... 110412a

Tapanila, Lylykylä, Lylykyläntie 219 *Leevi Oikarinen*

Kurssimaksu 40 24.9.—27.11., 18 t

Maamoottoriipiirissä kunnostetaan olemassa olevaa maamoottoria. Lisätietoja voi kysyä kurssin opettajalta. Aloituskerta on lauantaina 24.9. kello 10—15. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Maamoottoriipiiri, kevät..... 110412b

Tapanila, Lylykylä, Lylykyläntie 219 *Leevi Oikarinen*

Kurssimaksu 40 16.1.—22.4., 26 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Metallityö, syksy..... 110413a

***Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* Sakari Väätti**

Kurssimaksu 40 maanantai 17—20, 19.9.—21.11., 36 t

Oppilaat suoriutuvat metallitöistä opettajan ohjauksen alaisena. Kurssilla käsitellään muun muassa hitsaus-, hionta- ja muotopeltitöitä. Perinteisten metallitöiden lisäksi kurssilla on mahdollista valmistaa rekiä ja kelkkoja. Puusta painetaan kelkkojen ja rekien jalakset, tehdään kaplaat, sidotaan ne närepajuilla yhteen ja tehdään lisäksi kaustat, niin päästään iloisesti kelkkailemaan. Metallista voidaan valmistaa moottorikelkkoihin rekiä, joihin jalakset on tilattava alihankijalta tai tehtävä puusta.

Metallityö, kevät..... 110413b

***Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* Sakari Väätti**

Kurssimaksu 40 maanantai 17—20, 16.1.—16.4., 52 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Ompelu ja kirjonta, syksy 110414a

***Monitoimitalo, Ouluntie 16 A* Seija Suorsa**

Kurssimaksu 40 keskiviikko 17—20, 21.9.—23.11., 36 t

Kurssilla valmistetaan naisten, miesten ja lasten vaatteita sekä asusteita ommellen tuunaamalla uudistaen vanhaa kurssilaisten tarpeiden mukaan. Kirjomalla voi valmistaa kodintekstiilejä tai koristella vaatteita ja asusteita. Teemana tänä vuonna ovat nukenvaatteet (Baby Born, Barbie, Bratz).

Ompelu ja kirjonta, kevät..... 110414b

***Monitoimitalo, Ouluntie 16 A* Seija Suorsa**

Kurssimaksu 40 keskiviikko 17—20, 18.1.—18.4., 52 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Perinteiset puutyöt, syksy..... 110415a
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 **Sakari Väätti**

Kurssimaksu 40 keskiviikko 17—20, 21.9.—23.11., 36 t

Kurssin tavoitteena on, että oppilaat osaavat perinteisten puusuksien ja puuastioiden valmistuksen ja suoriutuvat siitä sekä hirrenveistosta opettajan ohjauksen alaisena.

Ennen vanhaan pitäjässämme oli kuuluisia suksienhöylääjiä, jotka tekivät ammattimaisesti talvet suksia myyntiin. Sanottiin, että siinä työssä pärjäsivät paremmin, kuin että olisi ollut talvisavotassa hevosen kanssa. Suksien teko keskittyi yleensä sinne, missä oli suksiraaka-ainetta hyvin saatavilla: Väyrylän, Kotilan ja Joukokylän alueelle. Annettiin myös suksen valmistuksen koulutusta, ja markkinoitiin panostettiin jonkin verran. Kehitettiin oma suksimalli, jota myytiin Kajaanin markkinoilla. Kehiteltiin suksia kilpahihtoonkin, joilla Väyrylän suku voitti Suomen mestaruuden. Suksisepältä vaadittiin hyvää tekemisen taitoa ja kovaa luonteen sitkeyttä. Oppi saatiin yleensä isältä pojalle -systeemillä, kuten muissakin kädentaitoja tarvitsevilla perinteisissä töissä. Tässä sitä on haastetta kerrakseen, kun lähdetään metsästä hakemaan suksipuut ja niistä höylätään itsellemme perinteiset puusukset. Puuastioita valmistamme perinteisin menetelmin, joskin käytämme hyväksimme hieman nykytekniikkaa. Kokeillaan, vieläkö puuastiassa sisäirvi sissittää. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Perinteiset puutyöt, kevät..... 110415b
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 **Sakari Väätti**

Kurssimaksu 40 keskiviikko 17—20, 18.1.—18.4., 52 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Perinteiset puutyöt, Suolijärvi, syksy..... 110416a
Tuulentupa, Suolijärventie 111 **Sakari Väätti**

Kurssimaksu 40 tiistai 17—20, 20.9.—22.11., 36 t

Kurssilla valmistetaan opettajan ohjauksen alaisena perinteisiä puutöitä, muun muassa puusuksia ja vesikelkkoja sekä muita pieniä perinteisiä puuastioita ja -töitä. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Perinteiset puutyöt, Suolijärvi, kevät..... 110416b
Tuulentupa, Suolijärventie 111 Sakari Väätti
Kurssimaksu 40 tiistai 17—20, 17.1.—17.4., 52 t
Katso syksyn kurssikuvaus.

Puutyö, syksy..... 110417a
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 Leevi Oikarinen
Kurssimaksu 40 tiistai 17—20, 20.9.—22.11., 36 t
Oppilaat suoriutuvat pienimuotoisista puutöistä opettajan ohjauksen alaisena. Puutöissä käydään läpi eri materiaaleja ja sitä, kuinka liimalevystä saadaan tuote.

Puutyö, kevät..... 110417b
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 Leevi Oikarinen
Kurssimaksu 40 tiistai 17—20, 17.1.—17.4., 52 t
Oppilaat suoriutuvat pienimuotoisista puutöistä opettajan ohjauksen alaisena. Puutöissä käydään läpi eri materiaaleja ja sitä, kuinka liimalevystä saadaan tuote.

Puuveneenvalmistus, kevät 110419
Auralan tila, Taivalkoskentie 67 B Sakari Väätti
Kurssimaksu 40 21.1.—22.4., 80 t

Puuveneen valmistaminen aloitetaan materiaalien hankinnalla, emäpuu ja laitalaudat, joita on saatavilla veneen valmistajilta.

Puuveneen rakentaminen on pitkäjännitteistä puuhastelua, joka vaatii tekijältään jonkin verran kätevyyttä ja kädentaitoa. Nykyajan veneen tarve näyttää siirtyvän enemmän perinteisestä soutuveneestä tasaperäveneeseen, koska siihen voi asentaa myös perätuupparin. Puuveneen rakentaminen sujuu oppilailta yhteistyössä opettajan ohjauksessa. Lisätietoja Aittokylän kirjasta s. 389 alkaen... Vaka Vanha Väinämöinen, tietäjä iän ikuinen, oli veistävä venosta, uutta purtta puuhoava nenässä utuisen niemen, päässä saaren terehisen, puita puutui purren seppä, lautoja venon tekijä. (Kalevalan 16. runo, ensimmäinen säe.) Veneenteko toteutetaan viikonloppukurssina. Ensimmäinen kokoontuminen on lauantaina 21.1. kello 10—16. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Pääsiäisaskartelu, kevät..... 110420

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A Seija Suorsa

Kurssimaksu 40 24.2.—1.4., 25 t

Kurssilla muun muassa maalataan ja huovutetaan pääsiäismunia, huovutetaan pääsiäiskukkia, askarrellaan krookuksia paperinarusta sekä kartongista pääsiäiskortteja ja -ikkunakoristeita. Ensimmäisellä kerralla suunnitellaan toteutettavat työt ja mietitään hankittavat materiaalit. Kokoontumisajat: perjantai 24.2. kello 18—21, lauantai 17.3. kello 10—15.45, sunnuntai 25.3. ja sunnuntai 1.4. kello 10—15.45. Lauantaisin ja sunnuntaisin kurssilla pidetään puolen tunnin tauko. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8 ja päättyy perjantaina 27.1.

Silkin ja kankaan kuviointi, syksy..... 110420a

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A Seija Suorsa

Kurssimaksu 40 23.9.—6.11., 18 t

Enintään 10 opiskelijaa

Kurssilla voit kuvioda silkkihuiveja ja -solmioita guttaus-, suolaefekti- ja akvarellitekniikalla sekä höyryvärjästekniikalla. Kangasta voit kuvioda tuputus- ja kakkupaperitekniikalla muun muassa tyynynpäällisiin, puseroihin, verhoihin, liinoin ja kasseihin. Materiaaleista tehdään ensimmäisellä kokoontumiskerralla yhteistilaus. Kokoontumisajat: perjantai 23.9. kello 18—21, lauantai—sunnuntai 5.—6.11. kello 10—15.45. Päivän aikana pidetään puolen tunnin tauko. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8 ja päättyy perjantaina 16.9.

Silkin ja kankaan kuviointi, kevät..... 110420b

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A Seija Suorsa

Kurssimaksu 40 28.1.—29.1., 14 t

Enintään 10 opiskelijaa

Katso syksyn kurssikuvaus. Kokoontumisajat: lauantai—sunnuntai 28.—29.1. kello 10—15.45.

Tiffany ja mosaiikki, syksy 110421a

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A

Maire Timoniemi

Kurssimaksu 40

torstai 17—20, 22.9.—24.11., 36 t

Enintään 12 opiskelijaa

Kurssilla tehdään erilaisia tiffany- ja lasimosaiikkitasotöitä. Materiaalia opetellaan käsittelemään, työstämään ja käyttämään valmiina tuotteena. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Tiffany ja mosaiikki, kevät 110421b

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A

Maire Timoniemi

Kurssimaksu 40

torstai 17—20, 19.1.—19.4., 52 t

Enintään 12 opiskelijaa

Katso syksyn kurssikuvaus.

Tilkkumaalaus ja tilkkutyömpelu, kevät 110423

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A

Seija Suorsa

Kurssimaksu 40

27.1.—31.3., 25 t

Tilkkumaalauksessa siveltimenä toimii ompelukone ja väreinä kankaista ja langoista tehdyt värisilput. Tilkkumaalaustekniikalla voi valmistaa esimerkiksi laukun, tyynyn tai taulun. Tilkkutyö koostuu eri tavoin kootuista pinnoista. Tilkkutyötekniikalla voi valmistaa esimerkiksi tyynyn tai peiton. Ensimmäisellä kokoontumiskerralla tutustutaan materiaaleihin ja tekniikoihin sekä mietitään tarvittavat materiaalit. Kokoontumisajat: perjantai 27.1. kello 18—21, sunnuntai 26.2. kello 10—15.45, sunnuntai 18.3. kello 10—15.45 ja lauantai 31.3. kello 10—15.45. Päivän aikana pidetään puolen tunnin tauko. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8 ja päättyy perjantaina 20.1.

Valusavi, syksy 110424

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A

Maire Timoniemi

Kurssimaksu 40

sunnuntai 10—15, 23.10.—27.11., 28 t

Enintään 12 opiskelijaa

Kurssilla opetellaan käsittelemään ja työstämään materiaalia sekä käyttämään sitä valmiina tuotteena. Kokoontumisajat: sunnuntaina 23.10., sunnuntaina 13.11. ja sunnuntaina 27.11. kello 10—15. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Veisto, syksy 110424a

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Sakari Väätti

Kurssimaksu 40

torstai 17—20, 22.9.—24.11., 36 t

Kurssilla on mahdollisuus tehdä pieniä veistotöitä tai kaappikello. Kaappikellon veistäminen vaatii tekijältään pitkäjänteisyyttä, koska sen tekemiseen menee keskimäärin kaksisataa tuntia. Tämän suuren ja hikisen urakan jälkeen työ palkitsee tekijänsä ruhtinaallisesti, kun hän kodissaan asettaa tämän mahtavan kurvikkaan ja kauniin ajannäyttäjän aitiopaikalle. Sitä on monesti vaikea arvioida rahassa.

Veisto, kevät 110424b

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Sakari Väätti

Kurssimaksu 40

torstai 17—20, 19.1.—19.4., 52 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Värttinäkehräys, kevät 110426

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Maarit Väisänen

Kurssimaksu 40 lauantai 10—15.45, sunnuntai 10—15.45, 18.2.—19.2., 14 t

Enintään 10 opiskelijaa

Kurssilla tutustutaan erilaisiin kehruumateriaaleihin, opetellaan kehräämään lankaa värttinällä ja viimeistelemään kehrätty lanka. Kurssi sopii kaikille, aiempaa kokemusta kehräämisestä ei tarvita. Materiaaleja ja värttinöitä voi ostaa tai lainata opettajalta. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8 Ilmoittautuminen 3.2. mennessä

KIELET, KIRJALLISUUS JA KULTTUURI

Huomaathan ilmoittautuessasi, että kurssit on aiemmasta käytännöstä poikkeavasti jaettu kahtia syys- ja kevätlukukauden mukaisesti. Jos olet kurssilla mukana koko lukuvuoden, ilmoittaudu molemmille kursseille!



Kurssin kohdalla ilmoitettu kurssimaksu on aikuisen maksama hinta. Alle 16-vuotiaan maksu on siitä puolet.

Italian alkeet, kevät..... 120101

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Marina Tosi

Kurssimaksu 40 perjantai 17.15—19.30, lauantai 10—12.15, 24.2.—14.4., 18 t

Kirjan kiinnostavissa teksteissä tutustutaan italiankieliseen maailmaan ja italialaiseen elämänmenoon. Tämä matkailuaiheinen alkeiskurssi painottuu puhekielen harjaannuttamiseen. Kurssilla opiskellaan italian kielen perusrakenteita ja harjoitellaan matkailijan tarvitsemia puhetilanteita ja arkipäivän sanastoa. Oppikirjana on *In Piazza 1* (Tammi). Kirjaa ei ole välttämätöntä hankkia heti kurssin alussa. Italiaa opiskellaan perjantaina 24.2. kello 17.15—19.30, lauantaina 25.2. kello 10—12.15, perjantaina 23.3. kello 17.15—19.30 ja lauantaina 24.3. kello 10—12.15 sekä perjantaina 13.4. kello 17.15—19.30 ja lauantaina 14.4. kello 10—12.15.

Venäjän alkeet, kevät 120102

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Vera Kargueva

Kurssimaksu 40 maanantai 17.45—18.30, 16.1.—16.4., 13 t

Aikuisille tarkoitettulla venäjän kielen ja Venäjän kulttuurin kurssilla sisällöt suunnitellaan opiskelijoiden lähtötason mukaan. Kurssi on kaikille avoin: kielitaito ei ole edellytys. Kurssilla aloitetaan aakkosista. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Venäjän kieli, syksy 120103a
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 Vera Kargueva

Kurssimaksu 40 maanantai 18.30—20, 19.9.—21.11., 18 t

Aikuisille tarkoitettulla venäjän kielen ja Venäjän kulttuurin kurssilla sisällöt suunnitellaan opiskelijoiden lähtötason mukaan. Ensimmäinen tunti on venäjän kieltä, toisella tunnilla keskustellaan Venäjän historiasta ja yleensä kulttuurista. Kurssi on tarkoitettu venäjän aakkoset osaaville. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Venäjän kieli, kevät 120103b
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 Vera Kargueva

Kurssimaksu 40 maanantai 18.30—20, 16.1.—16.4., 26 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

MUU OPETUS, KASVATUS JA KOULUTUS

Huomaathan ilmoittautuessasi, että kurssit on aiemmasta käytännöstä poikkeavasti jaettava kahtia syys- ja kevätlukukauden mukaisesti. Jos olet kurssilla mukana koko lukuvuoden, ilmoittaudu molemmille kursseille!

Kurssin kohdalla ilmoitettu kurssimaksu on aikuisen maksama hinta. Alle 16-vuotiaan maksu on siitä puolet.



Ikäihmisten virikepiiri, syksy 219801
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 Pirjo Westersund

Kurssimaksu 40 torstai 16—17.30, 29.9.—1.12., 20 t

Ikäihmisten videovälitteinen virikepiiri kokoontuu jälleen syksyllä. Puolangalla kokoonnutaan torstaisin kello 16—17.30 Puolankajärven koulun yläkoululla. 22.9. Yhteinen aloitustapaaminen Puolangalla koulukeskuksen auditoriossa. Maakuntalaulut ja niiden taustat + yhteislaulua + venyttely. 29.9. Videoluento: Ikäihmisten sosiaalinen palveluohjaus Kainuussa. Luennoitsija ilmoitetaan myöhemmin. 6.10. Sienet tutuiksi + sienireseptit jaettavaksi + tietokilpailu sienistä. 13.10. Valokuvat kertovat. Tuo valokuva, jonka haluat esitellä + valokuvan

historiaa + tietokilpailu valokuvista. 20.10. VIDEOLUENTO: Monikulttuurisuus tutuksi. Luennoitsija MONIKA:sta Kajaanista. 3.11. Mitä luet? Tuo mielikirjasi ja kerro siitä + tietokilpailu kirjallisuudesta. 10.11. Mitä kuuluu? Kuuletko hyvin? Luento + tietokilpailu + venyttely. 17.11. Maalaa mielikuvasi musiikin tunnelmissa. Musiikkia + sormivärimaalausta pensselillä. 24.11. VIDEOLUENTO: Ikäihmisten hammashoidon kulmakivet. Luennoitsija suuhygienisti Soile Turtinen. 1.12. Mistä jouluperinteemme on lähtöisin? Luento + jouluaiheinen tietokilpailu + joulukahvit. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Sosiaalinen tiedottaminen, kevät 219802

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Opettaja avoin

Kurssimaksu 0

16.1.—22.4., 4 t

Kelan kanssa yhteistyössä järjestettävästä luentosarjasta tiedotetaan vuodenvaihteen Puolanka-lehdessä torstaina 29.12.

Ystäväpalvelu, syyskuu 219803

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Tiina Grip ja Aira Saloranta

Kurssimaksu 40

26.11.—27.11., 12 t

lauantai 10—15.45, sunnuntai 10—15.45

Punaisen Ristin ystävätoiminnan peruskurssilla tutustutaan vapaaehtoistoimintaan Punaisessa Ristissä. Aiheina ovat vuorovaikutus ja kohtaaminen, tukea haastaviin tilanteisiin ja ystävätoiminta käytännössä. Käymällä kurssin saat valmiuksia toimia vapaaehtoisena ystävänä ja pääset mukaan toimintaan. Päivän aikana pidetään puolen tunnin tauko.

Seurapelit, kevät 219804

Monitoimitalo, Ouluntie 16 A

Tiina Herukka

Kurssimaksu 20 lauantai 15 - 17, sunnuntai 15 - 17, 21.1.2012-22.4.2012, 8 t

Tervetuloa mukaan pelailemaan perinteisiä sekä uusia kortti- ja lautapelejä. Yhdessä osallistujien kanssa päätämme pelit ja peliporukat. Ajankohdat: lauantai 21.1. kello 15 - 17, sunnuntai 19.2. kello 15 - 17, lauantai 17.3. kello 15 - 17 ja sunnuntai 22.4. kello 15 - 17. Ilmoittautuminen alkaa 2.9.

TIETOTEKNIIKAN HYVÄKSIKÄYTTÖ

Huomaathan ilmoittautuessasi, että kurssit on aiemmasta käytännöstä poikkeavasti jaettu kahtia syys- ja kevätlukukauden mukaisesti. Jos olet kurssilla mukana koko lukuvuoden, ilmoittaudu molemmille kursseille!



Kurssin kohdalla ilmoitettu kurssimaksu on aikuisen maksama hinta. Alle 16-vuotiaan maksu on siitä puolet.

Atk:ta aikuisille, kevät..... 340101

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Arto Keränen

Kurssimaksu 40

torstai 17—18.30, 19.1.—19.4., 20 t

Enintään 14 opiskelijaa

Atk-kurssilla opetellaan ja kerrataan tietokoneen käytön perusasioita. Tietokoneen käyttämisen alkeiden jälkeen kurssilla opetellaan kurssilaisten toiveiden mukaan esimerkiksi digikuvien siirtämistä ja muokkaamista tietokoneella. Myös yhteydenpitoa Skypeen ja Messengerin välityksellä voidaan harjoitella. Kurssi sopii aikuisväestölle, joka haluaa oppia tietokoneen käyttämistä. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Videoeditointi, kevät 340102

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Arto Keränen

Kurssimaksu 40

16.1.—22.4., 52 t

Kurssista tiedotetaan vuodenvaihteen Puolanka-lehdessä.

LUONNONTIETEET

Kurssin kohdalla ilmoitettu kurssimaksu on aikuisen maksama hinta. Alle 16-vuotiaan maksu on siitä puolet.



Metsästäjäatutkintokoulutus, kevät 410201

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Marko Paasimaa

Kurssimaksu 40

12.3.—17.3., 20 t

maanantai 18—20.15, tiistai 18—20.15, keskiviikko 18—20.15, torstai 18—20.15, perjantai 18—20.15, lauantai 10—13.45

Metsästäjäatutkintoon valmentava koulutus järjestetään maanantaista lauantaihin.

LIIKUNTA

Huomaathan ilmoittautuessasi, että kurssit on aiemmasta käytännöstä poikkeavasti jaettua kahtia syys- ja kevätlukukauden mukaisesti. Jos olet kurssilla mukana koko lukuvuoden, ilmoittaudu molemmille kurseille!



Kurssin kohdalla ilmoitettu kurssimaksu on aikuisen maksama hinta. Alle 16-vuotiaan maksu on siitä puolet. Perhekohtainen maksu on mainittu kurssikuvauksessa erikseen.

Circuit, syysy..... 830101a

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Tiina Herukka

Kurssimaksu 40

maanantai 17—18, 19.9.—21.11., 11,97 t

Tavoitteena vahvistaa kehon eri lihasryhmiä ja niiden tasapainoista toimintaa ryhtiä kohentavasti. Tunti sisältää alkulämmittelyn, monipuolisen kuntopiirin sekä loppuvenyttelyt. Kukin tekee liikkeit oman kuntonsa mukaan, ja liikkeitä on mahdollisuus myös muunnella kunkin tarpeille sopiviksi.

Circuit, kevät..... 830101b

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2

Tiina Herukka

Kurssimaksu 40

maanantai 17—18, 16.1.—16.4., 17,34 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Itämaisen tanssin perusteet, syksy 830102a
Monitoimitalo, Ouluntie 16 A **Marjo Nygård**

Kurssimaksu 40 torstai 18—19.30, 22.9.—24.11., 18 t

Itämainen tanssi on pehmeää, naisellista ja maanläheistä tanssia, jolle on tunnusomaista voimakas keskivartalon käyttö. Se on myös tutkitusti terveellistä, erityisesti selälle. Näillä tunteilla opiskelemme lajin perustekniikkaa ja liikkeitä rauhalliseen tahtiin. Tavoitteena on saada tuntumaa itämaiseen tanssiin ja ottaa keskivartalon lihaksia hallintaan. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Itämaisen tanssin perusteet, kevät 830102b
Monitoimitalo, Ouluntie 16 A **Marjo Nygård**

Kurssimaksu 40 torstai 18—19.30, 19.1.—19.4., 26 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Jumppa 50+-vuotiaille, syksy 830103a
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 **Tiina Herukka**

Kurssimaksu 40 tiistai 16—17, 20.9.—22.11., 11,97 t

Enintään 12 opiskelijaa

Ryhmässä liikutaan osallistujien toiveita ja tarpeita seuraten, pyrkien fyysisen kunnon ylläpitoon ja mielekkääseen yhdessä tekemisen meininkiin. Liikuntatuokion aikana on mahdollisuus kokeilla erilaisia pelejä, teemajumppia, lihashuoltoharjoitteita ja muita aktiviteettejä oman kunnon puitteissa. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Jumppa 50+-vuotiaille, kevät 830103b
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 **Tiina Herukka**

Kurssimaksu 40 keskiviikko 16—17, 18.1.—18.4., 17,34 t

Enintään 12 opiskelijaa

Katso syksyn kurssikuvaus.

Lihashuolto, syksy..... 830104a

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* *Tiina Herukka

Kurssimaksu 20 keskiviikko 19.15—20, 21.9.—23.11., 9 t

Tavoitteena huoltaa lihaksia erilaisten venyttelyiden ja rentoutusten avulla kukin omalla tasolla ja omaa kehoa kuunnellen. Tunti soveltuu hyvin kaikenikäisille naisille ja miehille ja on hyvä lisä vauhdikkaampien tuntien joukossa. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Lihashuolto, kevät 830104b

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* *Tiina Herukka

Kurssimaksu 40 keskiviikko 19.15—20, 18.1.—18.4., 13 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Liikunnan virikepiiri, Palvelukoti, syksy..... 830105a

Puolangan palvelukoti, Kyöstinpolku 16* *Tiina Herukka

Kurssimaksu 20 tiistai 13.15—14, 20.9.—22.11., 9 t

Kaikille avoimessa matalan kynnyksen liikuntaryhmässä liikutaan ohjaajan johdolla, osallistujien edellytysten ja toiveiden mukaisesti kevyen liikunnan merkeissä. Tavoitteena on lihaskunnan ylläpitäminen, tasapainon ja koordinaation harjoittaminen, lihasten huoltaminen venytysten ja rentoutusten avulla, rennon ilmapiiriin siivittämänä. Ryhmässä jokainen saa liikkua oman kuntonsa mukaan.

Liikunnan virikepiiri, Palvelukoti, kevät 830105b

Puolangan Palvelukoti, Kyöstinpolku 16* *Tiina Herukka

Kurssimaksu 40 tiistai 13.15—14, 17.1.—17.4., 13 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Liikuntaleikkikoulu 1, 3—4-vuotiaat, syksy 830106a
***Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* Hilla Nuorala**

Kurssimaksu 10 keskiviikko 16—16.45, 21.9.—23.11., 9 t

Nuoren Suomen kehittämä liikuntaleikkikoulu on monipuolinen liikuntaohjelma, jossa leikin avulla alle kouluikäiset lapset opettelevat liikunnan perustaitoja. Liikuntaleikkikouluohjaajakoulutus, valmiit tuntimallit ja lasten tehtävävihkot takaavat kerran viikossa 3—4-vuotiaille lapsille laadukkaan liikuntaharrastuksen. Liikuntaleikkikoulussa järjestetään kerran kuukaudessa perheliikuntatunti, jossa vanhemmat, mummot tai kummit pääsevät mukaan liikkumaan lasten kanssa. (Neljällä ensimmäisellä kerralla vanhempien suositellaan olevan mukana ja jatkossakin aina halutessaan!) Kurssimaksu on perhekohtainen. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8 ja päättyy 14.9.

Liikuntaleikkikoulu 1, 3—4-vuotiaat, kevät 830106b
***Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* Hilla Nuorala**

Kurssimaksu 20 keskiviikko 16—16.45, 18.1.—18.4., 13 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Liikuntaleikkikoulu 2, 5—6-vuotiaat, syksy 830107a
***Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* Tiina Herukka**

Kurssimaksu 10 keskiviikko 16—16.45, 21.9.—23.11., 9 t

Nuoren Suomen kehittämä Liikuntaleikkikoulu on monipuolinen liikuntaohjelma, jossa leikin avulla alle kouluikäiset lapset opettelevat liikunnan perustaitoja. Liikuntaleikkikouluohjaajakoulutus, valmiit tuntimallit ja lasten tehtävävihkot takaavat kerran viikossa 3—4-vuotiaille lapsille laadukkaan liikuntaharrastuksen. Liikuntaleikkikoulussa järjestetään kerran kuukaudessa perheliikuntatunti, jossa vanhemmat, mummot tai kummit pääsevät mukaan liikkumaan lasten kanssa. (Neljällä ensimmäisellä kerralla vanhempien suositellaan olevan mukana ja jatkossakin aina halutessaan!) Kurssimaksu on perhekohtainen. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Liikuntaleikkikoulu 2, 5—6-vuotiaat, kevät 830107b
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* *Tiina Herukka
Kurssimaksu 20 keskiiviikko 16—16.45, 18.1.—18.4., 13 t
Katso syksyn kurssikuvaus.

Liikuntatuokio, Mäntykoti, syksy 830108a
Mäntykoti, Ouluntie 11* *Tiina Herukka
Kurssimaksu 20 maanantai 10—10.45, 19.9.—21.11., 9 t
Kaikille avoimessa matalan kynnyksen liikuntaryhmässä liikutaan ohjaajan johdolla, osallistujien edellytysten ja toiveiden mukaisesti kevyen liikunnan merkeissä. Tavoitteena on lihaskunnan ylläpitäminen, tasapainon ja koordinaation harjoittaminen, lihasten huoltaminen venytysten ja rentoutusten avulla, rennon ilmapiirin siivittämänä. Ryhmässä jokainen saa liikkua oman kuntonsa mukaan.

Liikuntatuokio, Mäntykoti, kevät..... 830108b
Mäntykoti, Ouluntie 11* *Tiina Herukka
Kurssimaksu 20 maanantai 10—10.45, 16.1.—16.4., 13 t
Katso syksyn kurssikuvaus.

Miesten ja naisten liikunta, Joukokylä, syksy 830109a
Joukokylän koulu, Taivalkoskentie 290 A* *Riitta Moilanen
Kurssimaksu 40 keskiiviikko 19—20.30, 21.9.—23.11., 18 t
Ohjelmassa on erilaisia jumppia, joissa huomioidaan kehon eri osat, muun muassa niska—hartia-alue sekä keskivartalolihakset. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Miesten ja naisten liikunta, Joukokylä, kevät 830109b
Joukokylän koulu, Taivalkoskentie 290 A* *Riitta Moilanen
Kurssimaksu 40 keskiiviikko 19—20.30, 18.1.—18.4., 26 t
Katso syksyn kurssikuvaus.

Miesten ja naisten liikunta, Suolijärvi, syksy 830110a
Tuulentupa, Suolijärventie 111 **Tiina Herukka**
Kurssimaksu 40 tiistai 19—20.30, 20.9.—22.11., 18 t
Erilaisia jumppia, joissa huomioidaan kehon eri osat, erityisesti niska—
hartiaseutu ja keskivartalolihakset. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9.
kello 8.

Miesten ja naisten liikunta, Suolijärvi, kevät..... 830110b
Tuulentupa, Suolijärventie 111 **Tiina Herukka**
Kurssimaksu 40 tiistai 19—20.30, 17.1.—17.4., 26 t
Katso syksyn kurssikuvaus.

Miesten liikunta, syksy..... 830111a
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 **Tommi Väisänen**
Kurssimaksu 40 torstai 20—21.30, 22.9.—24.11., 18 t
Kurssin tavoitteena on opastaa ja aktivoida miehiä liikkumaan terveytensä
kannalta riittävästi ja monipuolisesti. Kurssi sisältää muun muassa alkuverryt-
telyä, kuntopiiriä, lihaskunto- ja -huoltoharjoittelua, voimistelua, venyttelyä ja
pelejä.

Miesten liikunta, kevät..... 830111b
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 **Tommi Väisänen**
Kurssimaksu 40 torstai 20—21.30, 19.1.—19.4., 26 t
Katso syksyn kurssikuvaus.

Naisten liikunta, syksy..... 830112a
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 **Tiina Herukka**
Kurssimaksu 20 keskiviikko 18.30—19.15, 21.9.—23.11., 9 t
Tavoitteena on liikkua monipuolisesti osallistujien toiveita kuunnellen. Kurssi
sisältää muun muassa alkuverryttelyä, eri lihasryhmien harjoitusta, venyttelyä,
rentoutusta ja jumppaa. Ota mukaan käsipainot ja kuminauha! (Kuminauhan
pituus noin kaksi metriä ja leveys 3—10 senttimetriä.)

Naisten liikunta, kevät 830112b

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* *Tiina Herukka

Kurssimaksu 40 keskiviikko 18.30—19.15, 18.1.—18.4., 13 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Naisten salibandy, syksy..... 830113a

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* *Tiina Kokko

Kurssimaksu 40 torstai 19—20, 22.9.—24.11., 11,97 t

Kurssin tavoitteena on nostaa hiki pintaan rennon pelailun merkeissä nais-energian voimin. Tunti sisältää alkulämmittelyt ja pallon kanssa neppailua, pelailua ja loppuvenyttelyt. Ei vaadita aikaisempaa kokemusta palloilulajeista. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Naisten salibandy, kevät 830113b

Puolankajärven koulu, Koulukatu 2* *Tiina Kokko

Kurssimaksu 40 torstai 19—20, 19.1.—19.4., 17,34 t

Katso syksyn kurssikuvaus.

Ohjattu kuntosaliharjoittelu, syksy..... 830114a

Honkavaaran hiihtokeskus, Honkatie 1* *Tiina Herukka

Kurssimaksu 40 maanantai 18.45—19.45, 19.9.—21.11., 11,97 t

Enintään 13 opiskelijaa

Kestovoiman lisääminen ohjatun, vauhdikkaan kiertoharjoittelun avulla. Alussa yhteiset lämmittelyt ja lopussa pieni venyttelytuokio. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Ohjattu kuntosaliharjoittelu, kevät..... 830114b

Honkavaaran hiihtokeskus, Honkatie 1* *Tiina Herukka

Kurssimaksu 40 maanantai 18.45—19.45, 16.1.—16.4., 17,34 t

Enintään 13 opiskelijaa

Katso syksyn kurssikuvaus.

Ohjattu kuntosaliliikunta 1, päiväryhmä, syksy..... 830115a
Honkavaaran hiihtokeskus, Honkatie 1 **Marjatta Taskinen**

Kurssimaksu 40

tiistai 12—13, 20.9.—22.11., 11,97 t

Enintään 13 opiskelijaa

Tavoitteena on lihasvoiman ja lihaskudoksen lisääminen sekä kehon koostumuksen parantaminen kuntosalilaitteiden ja painojen avulla. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Ohjattu kuntosaliliikunta 1, päiväryhmä, kevät..... 830115b
Honkavaaran hiihtokeskus, Honkatie 1 **Marjatta Taskinen**

Kurssimaksu 40

tiistai 12—13, 17.1.—17.4., 17,34 t

Enintään 13 opiskelijaa

Katso syksyn kurssikuvaus.

Ohjattu kuntosaliliikunta 2, päiväryhmä, syksy..... 830116a
Honkavaaran hiihtokeskus, Honkatie 1 **Marjatta Taskinen**

Kurssimaksu 40

torstai 12—13, 22.9.—24.11., 11,97 t

Enintään 13 opiskelijaa

Tavoitteena on lihasvoiman ja lihasmassan lisääminen sekä kehon koostumuksen parantaminen kuntosalilaitteiden ja painojen avulla. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Ohjattu kuntosaliliikunta 2, päiväryhmä, kevät..... 830116b
Honkavaaran hiihtokeskus, Honkatie 1 **Marjatta Taskinen**

Kurssimaksu 40

torstai 12—13, 19.1.—19.4., 17,34 t

Enintään 13 opiskelijaa

Katso syksyn kurssikuvaus.

Ohjattu kuntosaliliikunta 3, naisten iltaryhmä, syksy 830117a
Honkavaaran hiihtokeskus, Honkatie 1 **Marjatta Taskinen**

Kurssimaksu 40

tiistai 19—20, 20.9.—22.11., 11,97 t

Enintään 13 opiskelijaa

Tavoitteena on lihasvoiman ja lihasmassan lisääminen sekä kehon koostumuksen parantaminen kuntosalilaitteiden ja painojen avulla. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Ohjattu kuntosaliliikunta 3, naisten iltaryhmä, kevät..... 830117b
Honkavaaran hiihtokeskus, Honkatie 1 **Marjatta Taskinen**
Kurssimaksu 40 tiistai 19—20, 17.1.—17.4., 17,34 t
Enintään 13 opiskelijaa
Katso syksyn kurssikuvaus.

Pumppi, syksy..... 830118a
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 **Tiina Herukka**
Kurssimaksu 40 keskiviikko 17.30—18.30, 21.9.—23.11., 11,97 t
Enintään 22 opiskelijaa

Pumppitunnilla treenataan musiikin rytmittämänä levytangon avulla koko kehon päälihasryhmiä. Painoja voi vaihdella oman tason mukaan 2:sta 32:een kilogrammaan. Harjoittelu lisää lihasten kestävyyttä sekä kiinteyttää kehoa ja kohentaa ryhtiä. Tunnilla ei tehdä perinteisiä askelkuvioita, vaan liikkeet ovat yksinkertaisia, mutta vastusten ansiosta haastavia. Samalla ohjelmalla edetään useita viikkoja, jolloin omaa kehitymistä on helppo seurata ja tekniikka tulee tutuksi. Kurssi on tarkoitettu yli 16-vuotiaille. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Pumppi, kevät..... 830118b
Puolankajärven koulu, Koulukatu 2 **Tiina Herukka**
Kurssimaksu 40 keskiviikko 17.30—18.30, 18.1.—18.4., 17,34 t
Enintään 22 opiskelijaa
Katso syksyn kurssikuvaus.

Shindo, syksy..... 830119a
Monitoimitalo, Ouluntie 16 A **Marjo Nygård**
Kurssimaksu 20 torstai 19.30—20.15, 22.9.—24.11., 9 t
Shindo on rentoutus- ja itsehoitomenetelmä, jonka avulla voidaan hoitaa niin kehoa kuin mieltäkin. Se auttaa purkamaan ja estämään stressiä, väsymystä ja jännitystiloja. Kurssilla opetellaan shindon perusvenytykset yksin ja tuettuna. Varusteeksi joustavat, lämpimät vaatteet ja jumppa-alusta tai ohut huopa. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Shindo, kevät..... 830119b
Monitoimitalo, Ouluntie 16 A **Marjo Nygård**
Kurssimaksu 40 torstai 19.30—20.15, 19.1.—19.4., 13 t
Katso syksyn kurssikuvaus.

Tuolijumppa, syksy 830120a
Monitoimitalo, Ouluntie 16 A **Tiina Herukka**
Kurssimaksu 40 tiistai 12—12.45, 20.9.—22.11., 9 t
Matalan kynnyksen ryhmässä tavoitteena on harrastaa kevyttä liikuntaa nivelten toiminnan ja lihaskunnan ylläpitämiseen. Tunti sisältää alkulämmittelyt, jumppaosuuden ja venyttelyt. Teemme liikkeet tuolilla istuen musiikin rytmittämänä. Kukin osallistuu oman kuntonsa mukaan.

Tuolijumppa, kevät 830120b
Monitoimitalo, Ouluntie 16 A **Tiina Herukka**
Kurssimaksu 40 tiistai 12—12.45, 17.1.—17.4., 13 t
Katso syksyn kurssikuvaus.

Uima-allasjumppa 1, syksy 830121a
Mäntykoti, Ouluntie 11 **Marjatta Taskinen**
Kurssimaksu 20 maanantai 16.15—17, 19.9.—21.11., 9 t
Enintään 13 opiskelijaa
Tavoitteena on vahvistaa kehon lihaksia veden vastusta apuna käyttäen. Jumpa myös rentouttaa ja virkistää. Vedessä muun muassa jumpataan ja pidetään kuntopiiriä. Kurssi sopii erityisen hyvin liikuntarajoitteisille. Ryhmästä ei voi vaihtaa toiseen, ja kukin voi osallistua vain yhteen ryhmään. Ryhmän ehdoton maksimi on 13 kurssilaista. Mäntykodille allasmaksu 5/henkilö/kerta. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Uima-allasjumppa 1, kevät..... 830121b
Mäntykoti, Ouluntie 11 **Marjatta Taskinen**
Kurssimaksu 40 maanantai 16.15—17, 16.1.—16.4., 13 t
Enintään 13 opiskelijaa
Katso syksyn kurssikuvaus.

Uima-allasjumppa 2, syksy..... 830122a
Mäntykoti, Ouluntie 11 *Marjatta Taskinen*

Kurssimaksu 20 maanantai 17.15—18, 19.9.—21.11., 9 t
Enintään 13 opiskelijaa

Tavoitteena on vahvistaa kehon lihaksia veden vastusta apuna käyttäen. Jumpa myös rentouttaa ja virkistää. Vedessä muun muassa jumpataan ja pidetään kuntopiiriä. Kurssi sopii erityisen hyvin liikuntarajoitteisille. Ryhmästä ei voi vaihtaa toiseen, ja kukin voi osallistua vain yhteen ryhmään. Ryhmän ehdoton maksimi on 13 kurssilaista. Mäntykodille allasmaksu 5/henkilö/kerta. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Uima-allasjumppa 2, kevät..... 830122b
Mäntykoti, Ouluntie 11 *Marjatta Taskinen*

Kurssimaksu 20 maanantai 17.15—18, 16.1.—16.4., 13 t
Enintään 13 opiskelijaa

Katso syksyn kurssikuvaus.

Uima-allasjumppa 3, syksy..... 830123a
Mäntykoti, Ouluntie 11 *Marjatta Taskinen*

Kurssimaksu 20 maanantai 18.15—19, 19.9.—21.11., 9 t
Enintään 13 opiskelijaa

Tavoitteena on vahvistaa kehon lihaksia veden vastusta apuna käyttäen. Jumpa myös rentouttaa ja virkistää. Vedessä muun muassa jumpataan ja pidetään kuntopiiriä. Kurssi sopii erityisen hyvin liikuntarajoitteisille. Ryhmästä ei voi vaihtaa toiseen, ja kukin voi osallistua vain yhteen ryhmään. Ryhmän ehdoton maksimi on 13 kurssilaista. Mäntykodille allasmaksu 5/henkilö/kerta. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Uima-allasjumppa 3, kevät 830123b
Mäntykoti, Ouluntie 11 *Marjatta Taskinen*

Kurssimaksu 20 maanantai 18.15—19, 16.1.—16.4., 13 t
Enintään 13 opiskelijaa

Katso syksyn kurssikuvaus.

Uima-allasjumppa 4, syksy..... 830124a
Mäntykoti, Ouluntie 11 *Marjatta Taskinen*

Kurssimaksu 20 torstai 16.15—17, 22.9.—24.11., 9 t
Enintään 13 opiskelijaa

Tavoitteena on vahvistaa kehon lihaksia veden vastusta apuna käyttäen. Jumpa myös rentouttaa ja virkistää. Vedessä muun muassa jumpataan ja pidetään kuntopiiriä. Kurssi sopii erityisen hyvin liikuntarajoitteisille. Ryhmästä ei voi vaihtaa toiseen, ja kukin voi osallistua vain yhteen ryhmään. Ryhmän ehdoton maksimi on 13 kurssilaista. Mäntykodille allasmaksu 5/henkilö/kerta. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Uima-allasjumppa 4, kevät..... 830124b
Mäntykoti, Ouluntie 11 *Marjatta Taskinen*

Kurssimaksu 20 torstai 16.15—17, 19.1.—19.4., 13 t
Enintään 13 opiskelijaa

Katso syksyn kurssikuvaus.

Uima-allasjumppa 5, syksy..... 830125a
Mäntykoti, Ouluntie 11 *Marjatta Taskinen*

Kurssimaksu 20 torstai 17.15—18, 22.9.—24.11., 9 t
Enintään 13 opiskelijaa

Tavoitteena on vahvistaa kehon lihaksia veden vastusta apuna käyttäen. Jumpa myös rentouttaa ja virkistää. Vedessä muun muassa jumpataan ja pidetään kuntopiiriä. Kurssi sopii erityisen hyvin liikuntarajoitteisille. Ryhmästä ei voi vaihtaa toiseen, ja kukin voi osallistua vain yhteen ryhmään. Ryhmän ehdoton maksimi on 13 kurssilaista. Mäntykodille allasmaksu 5/henkilö/kerta. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Uima-allasjumppa 5, kevät..... 830125b
Mäntykoti, Ouluntie 11 *Marjatta Taskinen*

Kurssimaksu 20 torstai 17.15—18, 19.1.—19.4., 13 t
Enintään 13 opiskelijaa

Katso syksyn kurssikuvaus.

Uima-allasjumppa 6, miesten ryhmä, syksy 830126a
Mäntykoti, Ouluntie 11 *Marjatta Taskinen*

Kurssimaksu 20

torstai 18.15—19, 22.9.—24.11., 9 t

Enintään 13 opiskelijaa

Tavoitteena on vahvistaa kehon lihaksia veden vastusta apuna käyttäen. Jumpa myös rentouttaa ja virkistää. Vedessä muun muassa jumpataan ja pidetään kuntopiiriä. Kurssi sopii erityisen hyvin liikuntarajoitteisille. Ryhmän ehdoton maksimi on 13 kurssilaista. Mäntykodille allasmaksu 5/henkilö/kerta. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Uima-allasjumppa 6, miesten ryhmä, kevät 830126b
Mäntykoti, Ouluntie 11 *Marjatta Taskinen*

Kurssimaksu 40

torstai 18.15—19, 19.1.—19.4., 13 t

Enintään 13 opiskelijaa

Katso syksyn kurssikuvaus.

Uima-allasjumppa 7, päiväryhmä, syksy 830127a
Mäntykoti, Ouluntie 11 *Marjatta Taskinen*

Kurssimaksu 20

keskiviikko 12—12.45, 21.9.—23.11., 9 t

Enintään 13 opiskelijaa

Tavoitteena on vahvistaa kehon lihaksia veden vastusta apuna käyttäen. Jumpa myös rentouttaa ja virkistää. Vedessä muun muassa jumpataan ja pidetään kuntopiiriä. Mäntykodille allasmaksu 5/henkilö/kerta. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Uima-allasjumppa 7, päiväryhmä, kevät 830127b
Mäntykoti, Ouluntie 11 *Marjatta Taskinen*

Kurssimaksu 20

keskiviikko 12—12.45, 18.1.—18.4., 13 t

Enintään 13 opiskelijaa

Katso syksyn kurssikuvaus.

Virikepiiri, Joukokylä, syksy..... 830128a
Joukokylän koulu, Taivalkoskentie 290 A **Yrjö Heikkinen**

Kurssimaksu 20 tiistai 17—17.45, 20.9.—22.11., 9 t

Edellisenä talvena vapaaehtoisvoimin pystyyn noussut eläkeläisten seniorikerho jatkaa toimintaansa kansalaisopiston kurssina ja toivottaa mukaan myös uusia aiheesta kiinnostuneita. Ohjelmassa on kurssilaisten toiveiden mukaan esimerkiksi kurlinkia, keilailua, boccapeliä ja pallonheittoa. Ilmoittautuminen alkaa perjantaina 2.9. kello 8.

Virikepiiri, Joukokylä, kevät..... 830128b
Joukokylän koulu, Taivalkoskentie 290 A **Yrjö Heikkinen**

Kurssimaksu 40 tiistai 17—17.45, 17.1.—17.4., 13 t

Katso syksyn kurssikuvaus.



KURSSITOIVELOMAKE



KURSSITOIVOMUS: _____

TOIVEAJANKOHDASTA: _____

TOIVE KURSSIPAIKASTA: _____
(PAIKKA JA KYLÄ)

EHDOTUS KURSSIN OPETTAJAKSI: _____

EHDOTUKSEN TEKIJÄN NIMI JA YHTEYSTIEDOT (ei pakollinen):

AJATUKSIA KANSALAI SOPISTON TOIMINNAN KEHITTÄMISEKSI:

KIITOS TOIVEESTASI!

Palautathan lomakkeen Puolangan kunnan neuvontaan. Voit antaa lomakkeen myös opettajallesi, joka toimittaa sen rehtorille. Toiveita voi lähettää myös sähköpostitse.

Puolangan kansalaisopisto

PL 42, 89201 PUOLANKA

Puh. (08) 6155 4513

sähköposti: kunta@puolanka.fi





ILMOITTAUDUN



Puolangan kansalaisopiston

kurssille

Työvuosi

_____ - _____

Sukunimi (myös entinen) _____

Etunimet (kutsumanimi alleviivataan) _____

Lähiosoite _____

Postinumero _____

Postitoimipaikka _____

Puhelin kotiin _____

työhön _____

Ikäryhmä (rasti ruutuun)

Henkilötunnus _____

_____ 15 tai alle

_____ 16-24

_____ 25-29

_____ 30-39

_____ 40-49

_____ 50-59

_____ 60-64

_____ 65 tai yli

Peruskoulutus

_____ kansanopisto

_____ keskikoulu/peruskoulu

_____ kansakoulu/kansalaiskoulu

_____ kansankorkeakoulu

_____ ylioppilastutkinto

Muut opinnot ja/tai tutkinnot _____

Ammatti tai toimi _____

Päivämäärä _____

Allekirjoitus _____

Tarkista, että vastasit kaikkiin kohtiin!

Puolangan kansalaisopisto

Maaherrankatu 7, 89200 PUOLANKA

Puh. (08) 6155 4513



Leikkaa tästä

Leikkaa tästä

Leikkaa tästä

Leikkaa tästä

Leikkaa tästä

Leikkaa tästä