

# Petäjä-opiston kevään 2018 uudet kurssit

## PARKANO

### 1103110 LASTEN TAIDEPÄIVÄT, 7-12 V.

Parkanon opintotalo ma-pe 10:45-14:15 Sirpa Mäenpää 4.6.-8.6.2018 Kurssimaksu 35 € 20 t Piiirretään, maalataan ja rakennellaan erilaisiin teemoihin liittyen. Kurssilla mielikuvitus saa lentää ja kokeillaan erilaisia tekniikoita. Sään sallissa työskennellään myös ulkona. Eväät mukaan.

### 1104120 ENTISÖINTI JA VERHOILU

Teollisuustie 14 B ma 17.00-21.00 Päivi Hieta 8.1.-12.3.2018 Kurssimaksu 50 € 45 t Kurssilla kunnostat omat huonekalut uuteen uskoon. Työn ohessa tulevat tutuksi erilaiset pintakäsittely- ja verhoilumateriaalit sekä työkalut. Aiempaa kokemusta puun käsittelystä ei tarvita. Opettajalta voi ostaa mm. hiontapaperit ja liiman. Tule tutustumaan entisöinnin ja verhoilun kiehtovaan maailmaan. Lisätiedustelut Päivi/ p.050 5929134, paivi.hieta@wanhavakka.net. Kurssi pidetään maanantaisin.

### 1104125 KAHVIPPUSIDESIGN B

Parkanon opintotalo Joka toinen viikko ke 17.30-20.30 Leila Lepistö 10.1.-4.4.2018 Kurssimaksu 32 € 28 t Kasseja, mummolaukkuja, koruja, koreja, puukoreja, pannunalusia, tarjottimia, joutsenia, joulukuusia, kaitalinoja... Malleja ompelukoneella tai ilman, perinteisesti tai nykypäivän mukaisesti. Opettajalla runsaasti omia kuviomalleja ja tekniikoita, joissa kuvat kohdistetaan. Kuvioiden kohdistaminen antaa uutta ulottuvuutta kahvipusseliuun. Tämän päivän kahvipussityöt ovat näyttäviä taiteellisia luomuksia.

### 1104135 KUMIHIMOKURSSI

Parkanon opintotalo ma 18.15-20.45 Anja Hautala 15.1.-12.2.2018 Kurssimaksu 27 € 15 t Kumihimo tarkoittaa japanilaista punontatekniikkaa, johon tarvitaan punontakiekko ja satiiniynyöriä. Kurssilla voi valmistaa mm. kaulanriite, tarvikkeita saa ostaa opettajalta. Kurssi sopii myös aloittajille. Tarvikemaksut 10-40 euroa töistä riippuen.

### 1104136 MAALATAAN KOPPIA

Parkanon opintotalo la 12.00-16.00 su 12.00-15.15 Anne Sälkänmäki 17.-18.3.2018 Kurssimaksu 16 € 9 t Kurssilla maalataan ja koristellaan koppija, ruukkuja ym. Opettajalta voi ostaa materiaaleja.

### 1104137 PITSIBETONIA A

Parkanon opintotalo Epäsäännöllisesti ti 17.00-18.30 ke-pe 17.30-20.45 Leila Lepistö 17.-25.4.2018 Kurssimaksu 27 € 14 t Info ti 17.4. klo 17-18.30. Kurssi to 19.4., pe 20.4. ja ke 25.4. klo 17.30-20.45.

### 1104138 PITSIBETONIA B

Parkanon opintotalo Epäsäännöllisesti ma 17.30-20.45 ti 18.30-20.00, ma 17.30-20.45 Leila Lepistö 17.-30.4.2018 Kurssimaksu 27 € 14 t Tule tekemään betonista monipuolisesti kaikkea kivaa. Betoni on materiaalina halpa, helppo ja rentouttava. Nippeleillä, nappelleilla, pitsillä voit tehdä omannäköistä jälkeä. Mahdollisuus yhdistää paverpool- ja decoupe tekniikoihin. Uutuutena rautalankabetoni, josta voit tehdä vaikkapa kivoja sisustusjuttuja! Info ti 17.4. klo 18.30-20.45. Kurssi ma 23.4., ti 24.4. ja ma 30.4. klo 17.30-20.45.

### 1104145 LASIHELMIEN VALMISTUS LAMPPUTEKNIKALLA

lkata. Ikaalisten käsi- ja taideteollisuusoppilaitos la-su 10.00-15.00 Lea Swantz 3.-4.2.2018 Kurssimaksu 27 € 12 t Kurssilla opit tekemään lasihelmiä polttimen avulla. Sulatetaan lasitankoja ja muotoillaan erilaisia helmiä. Tekemistäsi helmistä voit tehdä itsellesi pienen korun. Ei tarvita aikaisempaa kokemusta. Lasitarvikkeet ja korutarvikkeet voi ostaa opettajalta.

### 1104146 MUNANKUORIMOSAIKKI

Parkanon opintotalo pe 17.00-20.15 la-su 10.00-15.45 Anne Siitanen 26.-28.1.2018 Kurssimaksu 27 € 18 t Munankuorimosaikeilla saadaan kauniita pintaa melkein mihin vain. Voit päällystää mm. tarjottimia, pieniä pahvisia säilytysrasioita, lasipulloja, kukkaruukkuja, ja peilinkehyksiä. Voit myös valmistaa kauniita pääsiäiskortteja munankuorimosaikeilla. Kurssilla on myös mahdollista kokeilla muotoilubetonia ja tehdä pieniä munankuoriruukkuja ja vaikkapa styroksin päälle kevyitä pääsiäiskoristeita. Työt maalataan vesiväreillä ja akryylimaalilla ja lopuksi lakataan. Mosaiikkipalat erottuvat kauneimmin mustasta tai tummasta pohjaväristä. Mukaan tarvitet: Kanamunankuoria, puuliimaa, päälystettäviä esineitä sekä vesivärejä tai akryylivärejä. Opettaja tuo muotoilubetonin ja kalustelakkaa, joka velloitetaan käytön mukaan.

### 1104147 MUOTOILUBETONIN UUDET MAHDOLLISUUDET

Parkanon opintotalo la-su 10.00-15.00 Katja Räikkälä 20.1.-24.2.2018 Kurssimaksu 27 € 18 t Kurssin aikana valmistetaan muotoiltavasta betonista joko käyttö- tai koriste-esineitä. Muotoilubetoni on koostumukseltaan kuin keraamiikkasavi, mutta sitä ei tarvitse polttaa. Se kestää myös ulkona ja on kolme kertaa vahvempaa kuin tavallinen betoni. Muotoilubetonista voi muotoilla esimerkiksi puutarhatontun, lintujen juoma-altaan tai veistoksen. Pinnan voi koristella joko mosaikeilla tai maalaamalla. Runko valmistetaan joko styroksista tai kanaverkosta ja sen päälle muotoillaan betoni. Opettajalta voi hankkia muotoilubetonin, mosaiikit ja maalit. Kurssi la-su 20.-21.1. ja la 24.2. Lisätietoja Katja Räikkälä puh 044-3396000

### 1106101 ELÄMÄKERTAKIRJOITELMAN LAADINTAA

Parkanon kirjasto ti 14:00-15:30 Sirpa Viljamaa 23.1.-2.5.2018 Kurssimaksu 32 € Oppitunteja 28. Työstetään elämäkertakirjoittelmaa kohti kokonaisuutta edeten omaan tahtiin. Ryhmässä luodaan luot-

tamuksellista vuorovaikutusta ja annetaan mahdollisuus palautteeseen toisten tekstejä lukemalla. Tarinoita jakamalla saadaan omaa kertontaa jalostumaan. Viimeinen kokoontuminen poikkeuksellisesti ke 2.5.

### 1298101 TUKIVIITOMAKURSSI

Parkanon opintotalo ti 17:00-18:30 Mervi Järvinen 27.3.-15.5.2018 Kurssimaksu 32 € 20 t Kurssilla perehdytään tukiviittomien käyttöön puhetta tukevana tai korvaavana menetelmänä ja harjoitellaan tukiviittomien käyttöä arjen askareissa. Tule opettelemaan tukiviittomia puhetta tukevana tai korvaavana menetelmänä. Kurssi sopii kaikille tukiviittomista kiinnostuneille, aloittaville ja perustaitojaan päivittäville. Kurssilla opetellaan viittoma-aakkoset, numerot ja viittomaan perussanastoa arjen toimintoihin. Tutustumme myös Papunettiin ja kuvakommunikointiin sekä Suvi viittomasanakirjan käyttöön. Monistemaksu 3 €. Lisätiedot opettaja Mervi Järviseltä, puh.no 045 638 4958.

### 3401111 TIETOTEKNIIKAN ALKEET

Parkanon opintotalo to 18.00-20.30 Jyrki Käppi 11.1.-12.4.2018 Kurssimaksu 42 € 39 t Kurssilla opetellaan rauhalliseen tahtiin tietokoneen peruskäyttö aivan alkeista lähtien. Kurssin aikana harjoitellaan näppäimistön ja hiiren käyttöä, tietokoneen perustoimintoja, internetin käyttöä ja sähköpostin lähettämistä sekä kiinnitetään huomiota myös tietoturvaan. Kurssille voi halutessa tuoda mukaan myös oman kannettavan tietokoneen.

### 8301124 OHJATTUA KUNTOSALITOIMINTAA ALKEISRYHMÄ

Pesti, to 11.00-12.00 Eija Suvio 11.1.-3.5.2018 Kurssimaksu 35 € 20 t Tuntiin sisältyy alkulämmittely, ohjattu kuntosaliharjoittelu kuntosalin laitteilla ja loppuverryttely. Alku- ja loppuverryttely tehdään kurssin alussa ohjatusti, kurssin edetessä omaehtoisesti. Tunnin aikana kuntosaliohjaaja neuvoa ja ohjaa laitteiden käytössä. Kurssi on tarkoitettu aloitteluille kuntoliijoille. Kurssilla edetään alkeista lähtien rauhalliseen tahtiin. Paikka: Liikuntakeskus Pesti, kuntosali.

### 8302106 ASAHI INTENSIIVIKURSSI B

Lukion monitoimisali pe 17:00-18:00 la 12:00-15:00 Reetta Kettunen 19.-20.1.2018 Kurssimaksu 16 € 8 t

### 8302111 STRESSISTÄ TASAPAINON JA KEHON HYVINVOINTIIN

Parkanon opintotalo ke 18.00-20.30 Satu Rantala 24.1.2018 Vapaa pääsy. 3 t Terveenä pysyminen on taito, johon voit vaikuttaa omilla valinnoillasi. Mitkä asiat elämässä ovat tärkeitä, jotta ihminen voi ja elää hyvin. Mitkä asiat luovat tasapainoa ja mielenrauhaa. Tietoa ja työkaluja stressin hallintaan. Lisätietoja; https://facebook.com/saturan.luontaisterapia/

## KIHNIO

### 8302223K JOOGAA TERVEYDEN YLLÄPITÄMISEKSI

Kihniön yhtenäiskoulu £to 19.00-20.30 Satu Rantala 11.1.-3.5.2018 Kurssimaksu 32 € 30 t Harjoitukset tehdään lempeästi omaa kehoa

kuunnellen, omia rajoja kunnioittaen. Siksi harjoitukset sopivat kaikille kehotyypeille. Ota mukaan joustava, mukava asu, jooga-alusta (makuu-alustakin käy) ja kevyt (fleece) peitto. Löydät itsestäs aitoa elinvoimaa jokaiseen päivääsi.

### 1104208 ENTISÖINTI JA VERHOILU

Kihniön yhtenäiskoulu la 09.00-14.30 su 09.00-14.30 Päivi Hieta 27.1.-11.2.2018 Kurssimaksu 32 € 28 t Kurssilla kunnostat omat huonekalut uuteen uskoon. Työn ohessa tulevat tutuksi erilaiset pintakäsittely- ja verhoilumateriaalit sekä työkalut. Aiempaa kokemusta puun käsittelystä ei tarvita. Opettajalta voi ostaa mm. hiontapaperit ja liiman. Tule tutustumaan entisöinnin ja verhoilun kiehtovaan maailmaan. Lisätiedustelut Päivi/ p.050 5929134, paivi.hieta@wanhavakka.net. Kurssi la-su 27.-28.1. ja 10.-11.2.

## KANKAANPÄÄ

### 1103302 LASTEN KESÄKURSSI A, 7-12 -V.

Keltainen talo 2. krs ma-pe 10.45-14.15 Emilia Male 4.-8.6.2018 Kurssimaksu 35 € 20 t Piiirretään, maalataan ja rakennellaan matkaten mielikuvitusmaassa. Sään sallissa työskennellään myös ulkona. Ota maalaukseen soveltuvat vaatteet ja eväät mukaan.

### 1103303 LASTEN KESÄKURSSI B, 7-12-V.

Keltainen talo ma-ke 10:00-15:00 Sirpa Mäenpää 18.-20.6.2018 Kurssimaksu 35 € 18 t Kolmen päivän aikana voit intensiivisesti laittaa sudin heilumaan: maalataan, rouskitaan ja valutetaan, nautitaan värien lennosta. Jos sää sallii työskentelemme ulkona. Varaudu työskentelemaan sopivien vaatein ja eväin.

### 1103319 EMALOINNIN INTENSIIVIKURSSI

Rantala pe 17.30-20.00 la-su 10.00-16.15 Anne Siitanen 16.-18.2.2018 Kurssimaksu 27 € 19 t Tule kokemaan emaloinnin taika. Kurssilla emaloidaan mm. kylttejä, pieniä taide-esineitä ja -koruja. Erilaisiin emaloinnin tekniikoihin saat kauniin ja hehkuvan lasimaisen pinnan töihisi. Polttomaksu 5e. Opettajalta voi hankkia tarvittavat materiaalit.

### 1104323 OPI OMPELEMAAN B

Keltainen talo, käsityötupa ma 18.00-20.30 Titta Snellman 8.1.-12.2.2018 Kurssimaksu 27 € 18 t Opetellaan ompelun perusteet, ompelukoneen ja saumurin käyttö. Ommellaan helppoja vaatteita omien toiveiden mukaan. Kurssi sopii sekä vasta-alkajille että kokeneemmillekin ompelijoille.

### 1104332 SUKKASUKSEE

Keltainen talo ma 18.00-20.30 Titta Snellman 19.2.-5.3.2018 Kurssimaksu 16 € 9 t Miten se kantapää menikään? Kurssilla opit villasukan neulomisen salat. Neuvot saat kädestä pitäen. Tule kokemaan todellinen onnistumisen ilo!

### 1104335 GARDEN MOSAICS

Rantala Joka toinen viikko la 10.00-13.00 Leila Lepistö 13.1.-7.4.2018 Kurssimaksu 32 € 28 t Kurssilla

valmistetaan puutarhaan uutta kesäilmiä. Tutustumme mosaiikin saloihin, kuten roomalaiseen ja venetsialaiseen tyyliin. Mosaiikki voi yhdistää paverboolin ja betonitöihin. Voit koristella pöytiä, ruukkuja, laattoja, puutarhapeilejä. Mahdollisuudet ovat rajattomat. Pintojen päälylystämiseen käy tasolasit, kaakelit, simpukat, kivet, napit, hiekat... Opettajalta voi ostaa myös materiaaleja. Kurssi pidetään kuutena lauantaina. Voit tehdä paverpool- ja mosaiikkitekniikalla koristeptaan puutarhaasi. Kaikenlaiset hengettäret antavat tunnelmaa puutarhallesi! Isot mosaiikkiurkut ja -pöydät ovat katseenvangitsijoita puutarhassasi! Tervetuloa mukaan luomaan omaan puutarhamaailmaa! Kurssi seitsemänä lauantaina.

### 1104325 HOPEATYÖPAJA, JATKOKURSSI

Pohjanlinnan koulu teknisen työn lk. la-su 09.30-16.00 Ari Vuorela 13.1.-4.2.2018 Kurssimaksu 42 € 32 t Paja on tarkoitettu hopeatöiden perusteet osaaville. Kurssilla valmistetaan hopealeveyttä ja -langasta ketjuja, sormuksia, korvakoruja ja riipuksia perinteisiin käsityöttekniikoihin. Jokaiselle oppilaalle on varattu perustyökalut. Ikäraja 16 v. Materiaalit voit ostaa opettajalta. Kurssi la-su 13.-14.1. ja 3.-4.2. Työkalu- ja laitekorvaus 15 € peritään kurssin aikana.

### 1104336 HUOVUTUS

Kankaanpään Opiston Taitolarakennuksen Ulpukka-lk ke 17.30-20.00 Marja Heikkilä 17.1.-21.2.2018 Kurssimaksu 27 € 18 t Tule mukaan villan ja huovutuksen hauskaan maailmaan. Voit olla aloittelija tai kokenut huovuttaja. Kurssilla voit valmistaa hatun, laukan, tossut, huivin, koruja oman kiinnostuksesi mukaan ja myös koristella niitä kirjomalla. Villoja ja muita tarvikkeita saa ostaa tarvittaessa ohjaajalta. Kurssi järjestetään yhteistyössä Kankaanpään Opiston kanssa.

### 1104337 KUMIHIMOKURSSI

Keltainen talo ti 15.30-18.00 Anja Hautala 16.1.-13.2.2018 Kurssimaksu 27 € 15 t Kumihimo tarkoittaa japanilaista punontatekniikkaa, johon tarvitaan punontakiekko ja satiiniynyöriä. Kurssilla voi valmistaa mm. kaulanriite ja -koruja. Erilaisia punontamalleja on runsaasti ja lisäksi punoksiin voi lisätä koristeeksi helmiä. Tarvikkeita saa ostaa opettajalta. Kurssi sopii myös aloittajille. Tarvikemaksut 10-40 euroa töistä riippuen.

### 1104338 KIRJA KORSETTISIDOKSELLE

Keltainen talo 2. krs pe 17.30-20.00 la-su 09.30-16.30 Tarja Rajakangas 26.-28.1.2018 Kurssimaksu 32 € 21 t Korsettisidos on Tyrvällä syntynyt uusi kirjansidossmalli. Kirjan selkärakenne on liimaton. Se muodostuu kahdesta ompelusta, joista toinen jää rakenteeseen piiloon mutta toinen tulee koristeellisesti näkyviin selässä risteävänä satiiniinahoivoina tai lankoina korsetin tapaan. Nauhut ovat yhtenäiset ja ne voi tehdä vaikka kierrätyskirjan kansista vahvistaen. Uudet kannet voi tehdä perinteisen kirjan tapaan pahveista rakennellen, kluutilla ja paperilla tai ohuella nahalla molemin puolin päälylystään. Jos haluat, voit koettaa myös minikokoisen kirjan tekoa korusiksi tai nukkekodin kirjaksi.

### 1104339 MAKRAMEEPERINTEITÄ

Keltainen talo Joka toinen viikko la 14.00-16.30 Leila Lepistö 10.2.-24.3.2018 Kurssimaksu 27 € 12 t Makramee on mielenkiintoinen ja maailmalla tunnettu tekniikka. Pöllöt, ampellit, laukut, vyöt ja korut ovat kivoja aloittelijan töitä. Ensin tutustumme erilaisiin solmuketuihin ja materiaaleihin! Ei kun soimleimaan.

### 1104348 OMMELLAAN ELÄINHAHOJA

Keltainen talo, to 18-20.30 la 10-12.30 Leila Leinonen 18.1.-10.2.2018 Kurssimaksu 16 € 9 t Kurssilla tehdään nalleja, pupuja ja pöllöjä ym. kierrätysmateriaaleista. Hahmoille tehdään liikkuvat nivelet. Ota mukaan vanhoja farkkuja, sammareita, villakangasta, nappeja, nauhoja sekä ompelutarvikkeet. Ohjaajalta voi ostaa muita tarveaineita. Voit olla vastaalkaja tai kokenut ompelija. Kurssi pidetään to 18.1. to 1.2. ja la 10.2.

### 1104349 MUNANKUORIMOSAIKKI

Keltainen talo, käsityötupa pe 17.00-20.15 la-su 10.00-15.45 Anne Siitanen 9.-11.3.2018 Kurssimaksu 27 € 18 t Munankuorimosaikeilla saadaan kauniita pintaa melkein mihin vain. Voit päälylystää mm. tarjottimia, pieniä pahvisia säilytysrasioita, lasipulloja, kukkaruukkuja, ja peilinkehyksiä. Voit myös valmistaa kauniita pääsiäiskortteja munankuorimosaikeilla. Kurssilla on myös mahdollista kokeilla muotoilubetonia ja tehdä pieniä munankuoriruukkuja ja vaikkapa styroksin päälle kevyitä pääsiäiskoristeita. Työt maalataan vesiväreillä ja akryylimaalilla ja lopuksi lakataan. Mosaiikkipalat erottuvat kauneimmin mustasta tai tummasta pohjaväristä. Mukaan tarvitet: Kanamunankuoria, puuliimaa, päälylystettäviä esineitä sekä vesivärejä tai akryylivärejä. Opettaja tuo muotoilubetonin ja kalustelakkaa, joka velloitetaan käytön mukaan.

### 1104350 RISUISTA ON MONEKSI

Keltainen talo, käsityötupa la 10.00-14.00 Leila Leinonen 14.4.2018 Kurssimaksu 16 € 5 t Tule oppimaan ja tekemään koivunrisuista kotiin ja puutarhaan pitkäikäisiä koristeita. Kurssilla käydään läpi perustekniikat ja tehdään erilaisia muotoja, mm. lintuja, palloja, sudenkorentoja, sydämiä ja risuluutia sekä kynnyssmattoja. Ota mukaan oksasakset ja sivuleikkurit sekä mukavat työhanskat. Voit tuoda mukansa koivunrisuja ja sidontaan ohutta rautalankaa. Ohjaajalta saa myös risuja ja häneltä voi ostaa sidontalankaa. Tervetuloa mukavalle risukurssille!

### 3401313 LUMIAILLAT

Keltainen talo, mikroluokka ma 18:00-20:30 Olli Ruohomäki 8.-22.1.2018 Kurssimaksu 16 € 9 t Lumia-puhelimet ovat oma lukunsa Suomen teollisuusohjelmassa. Ne ovat vieläkin ihan päteviä Windows-tietokoneiden yhteensopivuuden vuoksi. Kolmen illan kurssilla katsotaan perustoinnit, asetukset, pilvipalvelut ja tilit. Kokeillaan myös yleisimpiä some-appeja.

### 3401314 TEKSTINTEKIJÄN TYÖKALUPAKKI

Keltainen talo, mikroluokka ma 18:00-21:00 Olli Ruohomäki 29.1.-19.2.2018 Kurssimaksu 27 € 16 t Kirjoittajan on hyödyllistä opetella käyttämään tekstinkäsittelyohjelmaa

tehokkaasti. Jutun voi tehdä vaihe vaiheelta - luonnostelee, muokkaa, arvioi ja viimeistelee. Hyvä on myös tutkia erilaisia tyyliä ja sanavalintoja. Kun näkee tekstin rakenteen, huomaa mitä siitä vielä puuttuu. Kurssi sopii editointihenkisille ihmisille, jotka haluavat kehittää tekstintaitojaan.

### 3401322 DIGITAPAHTUMA

Keltainen talo ti 6.2.2018 14-19.30 Petäjä-opisto järjestää yhteistyössä Kankaanpään Seudun, Satakunnan Kansan, Länsi-Suomen Osuuspankin ja Nordean kanssa digitapahtuman, jossa paikalla olevat palveluneuvojat opastavat henkilökohtaisesti lehtien ja pankkien sähköisten palvelujen käytössä. Ota mobiililaitteesi ja tunnuskukusi mukaan. Illan päättää tietoturvaluento kello 18-19:30. Vapaa pääsy.

### 8302313 MINDFULNESS

Aloituspäivä muuttunut! Keltainen talo, käsityötupa la 10:00-15:45 Tiina Tuovila 13.1.2018 Kurssimaksu 16 € 7 t Mindfulness, hyväksyvä tietoinen läsnäolo on taito, jota voi kehittää. Kurssilla saat hyvät eväät harjoittelun jatkamiseen arjessa. Tietoisuustaitojen säännöllinen harjoittaminen lisää tutkitusti mm. stressinhallintaa, keskittymiskykyä ja elämäniloa. Kurssilla opiskellaan peruseräitteitä, harjoitellaan ohjatuista, pyritään soveltamaan menetelmää arkeen sekä keskustellaan harjoitusten vaikutuksista. Tule ottamaan yhden päivän hengähdystauko arkeesi.

### 8302302 MEDITAATIO JA ITSETUTKIMUS

Rantala la-su 10:00-15:15 Turo Vuorenpuro 10.-11.2.2018 Kurssimaksu 27 € 12 t Kärsitkö stressistä? Tunnetko olevasi jumissa? Etsitkö mielenrauhaa? Haluatko vapautua? Tule löytämään tasapaino ja parempi toimintakyky elämässäsi!

### 8302316 KYYNÄRJÄRVEN JOOGA

Muuttunut kellonaika! \$Kyynejärven koulu to 16.30-18.00 Jouni Mäkelä 11.1.-3.5.2018 Kurssimaksu 32 € 30 t Kyynejärvellä syksyllä alkanut ryhmä jatkaa uuden opettajan ohjauksessa ja vähän aikaisemmin iltapäivällä.

## HONKAJOKI

### 1104409 OMMELLAAN ELÄINHAHOJA

Uusi kurssi! Honkajoen lukio ke 18:00-20:30 Leila Leinonen 31.1.-21.2.2018 Kurssimaksu 16 € 9 t Monella on kaapit täynnä vanhoja kankaita, farkkuja, sammareita, nappeja ja nauhoja. Nyt niistä pääsee tekemään eläinrahoja leluiksi, koristeiksi tai vaikka oventoppareiksi. Kolmen illan kurssilla niille ehditään tehdä liikkuvat nivelet. Tuo omat materiaalis, ompelutarvikkeet ja ompelukoneesi. Ohjaajalta löytyy tarvittavat kaavat, vanut, hiekat ja muitakin tarvikkeita. Voit olla vasta-alkaja tai kokenut ompelija. Tehdään kurssista yhdessä mukava ja hauska. Ei koostumista 14.2.

### 1104410 RISUISTA ON MONEKSI

Uusi kurssi! Honkajoen lukio to 18:00-20:30 Leila Leinonen 12.4.2018 Kurssimaksu 16 € 3 t Tule tekemään koivunrisuista pitkäikäisiä koristeita kotiin ja puutarhaan. Opetellaan perustekniikat ja tehdään erilaisia muotoja, mm. lintuja, palloja,

perhosia ja sydämiä sekä risuluutia. Ota mukaan oksasakset, sivuleikkurit ja mukavat työhanskat. Voit tuoda omia koivunrisuja ja sidontaan ohutta ruskeaa rautalankaa. Ohjaaja tuo mukanaan risuja ja häneltä voit ostaa sidontalankaa. Tervetuloa mukavalle iltakurssille.

## POMARKKU

### 1104508 HYVÄN MIELEN AAMUPÄIVÄ

Uusi kurssi! Pomarkun yläaste/lukio to 11:30-13:00 Anne Siitanen 11.1.-12.4.2018 Kurssimaksu 32 € 26 t Tervetuloa mukavaan aamupäivähetkeen kokeilemaan kaikenlaista uutta. Tehdään esim. munankuorimosaikeita, kuumavahamaalausta, kokeillaan uutta materiaalia muotoilubetoni sekä kovetetaan kankaankovettimella. Väliä voimme upottaa vaikkapa aarrekartan tai selunkartan syväreihin. Lämpimästi tervetuloa mukaan rentoutumaan.

### 105102 LATINOBIC

Aloituspäivä muuttunut! Pomarkun monitoimihalli Joka toinen viikko su 15:00-16:30 Tarja Nieminen 7.1.-18.3.2018 Kurssimaksu 27 € 12 t Tanssilla menoa lattarimusiikkiin tahdissa. Kurssi tarjoaa mm. tanssin ja liikunnan iloa, lihaskunnan ja liikkuvuuden lisääntymistä. Sopii aloittelijoille, kokemus karttuu kurssin edetessä. Tunnin lopuksi venyttyt. Kurssilla ei tarvitse paria, sillä kyseessä ei ole paritanssikurssi. Sisäkängät (ei korkokengät) ja vesipullo mukaan. Jalkineista saat tietoa opettajalta kurssin aikaessa. Kokoontumiset 7.1. 21.1. 4.2. 18.2. 4.3. 18.3.

### 8302502 OLKAPÄÄ-SELKÄJUMPPA

Aloituspäivä muuttunut! Pomarkun monitoimihalli Joka toinen viikko su 17:00-18:30 Tarja Nieminen 7.1.-18.3.2018 Kurssimaksu 27 € 12 t Turvallista liikuntaa ja harjoituksia koko kehölle, keskittyy mm. olkapäihin ja niiden toiminnallisuuden parantamiseen sekä selän terveyttä ylläpitäviin liikkeisiin. Alkulämmittelyn jälkeen lihaskunto-osuus, tunnin päätteeksi venyttyt sekä loppurentoutus. Jokainen jumppaa omin tavoittein, sopii kuntoutujillekin. Oma jumppa-alusta ja vesipullo mukaan. Kokoontumiset 7.1. 21.1. 4.2. 18.2. 4.3. 18.3.

## KARVIA

### 1104707 PUUKKOKURSSI

Uusi kurssi! Karvian yhtenäiskoulu opinpolku la 09.00-15.00 Olavi Yli-Peltola 10.2.-17.3.2018 Kurssimaksu 42 € 35 t Kurssilla valmistetaan käsityönä puukko. Työvälineet ovat terän taonta, hionta karkaisu ja päästö. Helojen teko ja sovitukset Tupen teko, koristelu ja pintakäsittely. Kurssille voivat osallistua niin aloittelijat kuin harrastuksessa kokeneimmatkin puukontekijät. Materiaalimaksu 15 € / puukko