

### ILMOITTAUTUMINEN

- Netti-ilmoittautuminen avoinna <https://opistopalvelut.fi/petaja>.
- Voit ilmoittautua puhelimitse toimistoon joulutauon jälkeen.
- Syksyllä alkaneiden kurssien kevätkaudelle ei tarvitse erikseen ilmoittautua
- Jos olet aloittanut syksyllä, mutta et halua jatkaa keväällä, peruuta ilmoittautumisesi toimistoon. Näin välttyt kevään kurssilaskulta.

### PARKANO

#### 1103104 LASTEN KESÄKURSSI, 7-12 V.

Parkanon opintotalo ma-pe 10:45-14:15 Sirpa Mäenpää 3.-7.6.2019 Kurssimaksu 35 € Oppitunteja 20 Kesäkurssilla piirretään, maalataan ja rakennellaan ja nautitaan kesäsäätä ja luovasta tekemisestä. Sään salliesä työskennellään myös ulkona. Ota maalaukseen soveltuvat vaatteet ja eväät mukaan. Tervetuloa!

#### 1104125 KAHVIPUSSIDISEIGN B

Parkanon opintotalo Joka toinen viikko ke 17.30-20.30 Leila Lepistö 9.1.-3.4.2019 Kurssimaksu 32 € Oppitunteja 28. Kasseja, mummolaukkuja, koruja, koreja, puukoreja, pannunalusia, tarjottimia, joutsenia, joulukuksia, kaitaliinoja... Malleja ompelukoneella tai ilman, perinteisesti tai nykypäivän mukaisesti. Opettajalla runsaasti omia kuviomalleja ja tekniikoita, joissa kuviot kohdistetaan. Kuvioitten kohdistaminen antaa uutta ulottuvuutta kahvipussiseiluun. Tämän päivän kahvipussisyyt ovat näyttäviä taiteellisia luomuksia.

#### 1104136 OPI OMPELEMAAN

Uusi kurssi! Parkanon opintotalo ti 18.15-20.45 Sari Tyrkkö 8.1.-19.3.2019 Kurssimaksu 27 € Oppitunteja 18. Kurssilla opitaan ompelun perusasioita sekä ompelukoneen ja saumurin käyttöä. Voit ommella helppoja vaatteita aikuisille ja lapsille omien toiveiden mukaan. Kurssi sopii sekä vasta-alkajille että kokeneemmillikin ompelijoille.

#### 1104137 MUOTOILUBETONIN UUDET MAHDOLLISUUDET

Parkanon opintotalo la-su 10.00-15.00 Katja Räikkälä 16.2.-23.3.2019 Kurssimaksu 27 € Oppitunteja 18 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 mosaiikilla tai maalaamalla. Runko valmistetaan joko styroksista tai kanaverkosta ja sen päälle muotoillaan betoni. Opettajalta voi hankkia muotoilubetonin, mosaiikit ja maalit. Kurssi la-su 16.-17.2. ja la 23.2. Lisätietoja Katja Räikkälä puh 044-3396000

**1104138 MAALATAAN KOPPIA**  
Parkanon opintotalo la 12.00-16.00 su 12.00-15.15 Anne Sälkänmäki 16.3.-17.3.2019 Kurssimaksu 15 € Oppitunteja 9. Kurssilla maalataan ja koristellaan koppia, ruukkuja ym. Opettajalta voi ostaa materiaaleja.

#### 1104139 RISUISTA ON MONEKSI

Uusi kurssi! Parkanon opintotalo la 10.00-15.30 Leila Leinonen 30.3.-30.3.2019 Kurssimaksu 15 € Oppitunteja 7. Tule tekemään koivunrisuista pitkäikäisiä koristeita kotiin ja puutarhaan. Opetellaan perustekniikat ja tehdään erilaisia muotoja, mm. lintuja, palleja, sudenkorentoja, ruukkuobelikseja, koreja, sydämiä ja kransseja, risuluutua ja ovimattoa unohtamatta. risuluutua ja ovimattoa unohtamatta. Tuo omat tuoreet risut mukana. Iso jätessäkillinen riittää n. kolmeen työhön, jotka ehditään tehdä. Lajittele risut koon mukaan valmiiksi nippiihin. Se nopeuttaa työskentelyä. Ota mukaan essu, ohuet työhanskat, oksasakset, sivuleikkurit ja kärkipihdit. Tuo myös ruskeaa rautalankaa pari rullaa. Ota nauhoja ja muita haluamiasi koristeita mukaasi. Tervetuloa mukavaan ja kuka-

kuuttavaan risujen maailmaan!  
**1104146 DECOUPAGEA JA KRAKLEERAUSTA**  
Parkanon opintotalo Joka toinen viikko to 10.00-12.30 Leila Lepistö 10.1.-21.3.2019 Kurssimaksu 27 € Oppitunteja 18. Decoupage-tekniikka on upea tapa koristella ja päällystää sileäpintaisia esineitä. Pahrivirsiat, ruukut, puukehykset, korit, korut... Jokaiselta löytyy jo kodistansa kohteita tähän hommaan. Jopa huonekaluille saadaan uutta ilmettä tällä koristelu-tekniikalla. Serveteissä ja riisipapereissa löytyy monenlaisia kauniita aiheita koristelua varten. Decoupageon voi liittää krakleerauksen ja helmikoristelun. Vain taivas rajana!

#### 3401111 TIETOTEKNIIKAN PERUSTEET

ke 09.00-10.30 Raili Haapala Kuntoutustavan työtoiminnan tilat, Keskuskatu 1. 9.1.-10.4.2019 Kurssimaksu 32 € Oppitunteja 26. Kurssi on tarkoitettu työttömille työnhakijoille ja on heille maksuton. Kurssilla opiskellaan tietokoneen käytön perusteita. Käytöjärjestelmä Windows 10 ja toimistohjelmat Office 2016.

#### 3401112 MINUSTAKO DIGINEUVOJA?

Uusi kurssi! Parkanon opintotalo to 18:00-19:30 Jyrki Käppi 10.1.-11.4.2019 Ei kurssimaksua. Oppitunteja 26. Nykymaailmassa asioiden hoitamiseen tarvitaan jos jonkinlaisia vehjeitä ja verkkopalvelua. Valtion suunnalta on toivottu vertaisohjaajien tarpeellisuudesta, mutta mistä sellaisia löytyisi? Petäjä-opisto on mukana TIEKE:n digitutor-hankkeessa, missä vertaisneuvoja etsitään digimaailman sisältöihin, ongelmanratkaisuun ja ohjaamisen taitoon. Vertaisohjaajana toimiminen antaa uutta sisältöä ja uuden harrastuksen. Paras palkinto on, kun huomaa, miten voi toista auttaa.

#### 8302108 ALEXANDER-TEKNIKKA ARKEEN!

Uusi kurssi! Ylä-Satakunnan musiikkiopisto la-su 10:00-15:30 Turo Vuorenpuuro 12.-13.1.2019 Kurssimaksu 20 € Oppitunteja 12. Kärsitkö niska- ja hartiakivusta, selkävivusta tai stressioireista? Rasittaako istumatyö? Tun-

tuoko liikkuminen vaikealta ja raskaalta? Tule tutkimaan oman keho-mielesi toimintaa Alexander-tekniikan avulla ja löydä parempi toimintakyky arjessa! Ota oma alusta mukaan. Tervetuloa.

### KIHNIÖ

#### 1102210 AIKUISTEN TEATTERIRYHMÄ

Uusi kurssi! Kihniön yhtenäiskoulu ke 18.45-21.00 Henna Nurmela 9.1.-10.4.2019 Kurssimaksu 42 € Oppitunteja 39. Kurssilla tehdään erilaisia ilmaisutaidon harjoituksia ja tutustutaan niiden avulla näyttelijäntyön perusteisiin yhdessä kokeillen ja kokiien. Tavoitteena on oman ilmaisutaidon kehittämisen ja yhteisen esityksen luominen. Heittäydy mukaan rennolla otteella!

#### 2401208 JOKANAISEN JA JOKAMIEHEN ATK -KURSSI

Kihniön yhtenäiskoulu ma 18.00-20.30 Raili Haapala 7.1.-11.3.2019 Kurssimaksu 32 € Oppitunteja 27 Kurssi käsittelee monipuolisesti tietotekniikan arkipäivän käyttöä. Aiheina mm. Windows 10 käyttöjärjestelmä tietokoneessa, puhelimessa ja tablettissa sekä tiedon hallinta, tallentaminen, järjestäminen ja jakaminen. Tutustutaan internetiin, sähköpostiin, sosiaaliseen mediaan, karttaohjelmiin ja verkkokauppaan. Harjoitellaan valokuvien peruskäsittelyä, tallentamista, jakamista ja kuvakirjan tekemistä. Tunneilla ratkotaan myös opiskelijoiden kohtaamia tietotekniikan pulmia. Kurssilla voi käyttää myös omaa tietokonetta.

#### 8302224 KOTIHIERONNAN PERUSTEIDEN JATKOKURSSI

Kihniön yhtenäiskoulu la 09.00-14.00 Susanna Nykyri 2.2.-30.3.2019 Kurssimaksu 27 € Oppitunteja 18 Jatkokurssilla perehdymme mm. lihaskivun syihin ja hoitoon, jatkamme selän hierontaa ja tutustumme myös itämaisiiin hierontatekniikoihin. Mukaan ykköskurssin materiaali, lakana ja iso pyyhe. Jatkokurssin materiaalmaksu 3€ maksetaan opettajalle kurssin alussa. Sopii myös uusille osallistujille, jotka ovat tutustuneet hierontaan jo jollain muulla kurssilla. Kurssi la 9.2., 9.3. ja 30.3.

#### 1104341 KEVÄINEN KUKKAKURSSI

Uusi kurssi! Keltainen talo, käsityötupa pe 17.30-20.45 la 10.00-13.15 Sanna Leppänen 5.-6.4.2019 Kurssimaksu 15 € Oppitunteja 8 Kurssilla suunnitellaan ja sekä osittain toteutetaan juhlinn kukat (pienimuotoisesti). Mahdollisuus tehdä muita keväisiä kimppuja. Kursille saa tuoda myös omaa materiaalia sekä tarvikkeita. Kukkia ym. materiaalia voi ostaa opettajalta. Materiaalmaksu käytön mukaan n. 10-15 euroa.

#### 1104342 DECOUPAGEA JA KRAKLEERAUSTA

Uusi kurssi! Rantala la 10.00-14.45 Leila Lepistö 6.-7.4.2019 Kurssimaksu 27 € Oppitunteja 12 Decoupage-tekniikka on upea tapa koristella ja päällystää sileäpintaisia esineitä. Pahrivirsiat, ruukut, puukehykset, korit, korut... Jokaiselta löytyy jo kodistansa kohteita tähän hommaan. Jopa huonekaluille saadaan uutta ilmettä tällä koristelutekniikalla.

#### 1104343 RISUISTA ON MONEKSI, JATKOKURSSI

Rantala la 10.00-17.45 Leila Leinonen 13.4.2019 Kurssimaksu 15 € Oppitunteja 10. Tule tekemään koivunrisuista pitkäikäisiä koristeita kotiin ja puutarhaan. Jatkokurssilla tehdään vähän haastavampia töitä, kuin viime kevään kurssilla. Voit olla myös vasta-alkaja risutoisissa, pääset kyllä muiden mukaan. Tehdään siis erilaisia muotoja, mm. lintuja, sudenkorentoja, sillejä, koreja, sydämiä ja erilaisia kransseja, risuluutua ja ovimattoja unohtamatta. Isompia töitä voidaan tehdä paritoin. Kurssilla tutustutaan lisäksi erilaisiin paperinartekniikoihin. Voit tuoda omat kana ja/tai katiskaverkot sekä paperinarut, mutta niitä voi ostaa myös ohjaajalta. Varaa mukaasi lisäksi essu, hanskat ja eväitä sekä ilosta askartelumieltä. Tervetuloa!

#### 1104339 HUOVUTUS

Kankaanpään opisto ke 17.30-20.00 Marja Heikkilä 16.1.-20.2.2019 Kurssimaksu 27 € Oppitunteja 18 Tule mukaan villan ja huovutuksen hauskana maailmaan. Voit olla aloittelija tai kokenut huovuttaja. Kurssin aikana voit valmistaa hatun, laukun, tossut, huivin, koruja omiin kiinnostuksesi mukaan ja myös koristella niitä kirjomalla. Villoja ja muita tarvikkeita saa ostaa tarvittaessa ohjaajalta. Kurssi järjestetään yhteistyössä Kankaanpään Opiston kanssa, Taitolarakennuksen Ulpukka-luokassa.

#### 1104340 MUOTOILUBETONIN UUDET MAHDOLLISUUDET

Uusi kurssi! Rantala la-su 10.00-15.00 Katja Räikkälä 16.-23.3.2019 Kurssimaksu 27 € Oppitunteja 18 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 mosaiikilla tai maalaamalla. Runko valmistetaan joko styroksista tai kanaverkosta ja sen päälle muotoillaan betoni. Opettajalta voi hankkia muotoilubetonin, mosaiikit ja maalit. Kurssi la-su 16.-17.3. ja la 23.3. Lisätietoja Katja Räikkälä puh 044-3396000

#### 1104347 BETONIA KEVÄÄSEEN

Rantala ti 17.30-20.45 Leila Lepistö 26.3.-23.4.2019 Kurssimaksu 20 € Oppitunteja 12. Betonityöskentely on piristävää puuhaa. Jo muutamalla betonityöllä saat kivoja asetelmia sisustukseesi tai puutarhaasi komistamaan. Kiva ja helppo materiaali, jossa on vain mielikuvitus rajana! Kurssi ti 26.3., 9.4. ja 23.4. Tervetuloa mukaan!

#### 1104348 LASIMOSAIKKIA

Rantala Joka toinen viikko ti 17.30-20.45 Leila Lepistö 15.1.-12.3.2019 Kurssimaksu 27 € Oppitunteja 20 Mosaiikilla piristystä kevään sisustukseen tai puutarhaan! Lasimosaiikin väriterapia materiaaleineen antaa upeat mahdollisuudet päästä toteuttamaan omaa itseänsä. Samalla saa kivaa ja trendikästä ilmettä kotiin. Lähdä väreilemään kivään porukkaan!

#### 1104349 KLIPSUKURSSI

Keltainen talo Joka toinen viikko ke 15.00-16.30 Leila Lepistö 16.1.-13.3.2019 Kurssimaksu 20 € Oppitunteja 15. Klipsuilu on yksi parhaimpia kierrätystapoja. Voit tehdä mitä erilaisempia töitä koruista laukkuihin, pussukoista vaatteisiin. Tervetuloa klipsullemaan!

#### 1104350 VÄRTTINÄLLÄ KEHRÄYS

Uusi kurssi! Rantala pe 16.00-19.00 la 10.00-14.45 Leila Leinonen 2.-9.3.2019 Kurssimaksu 20 € Oppitunteja 15. Tule oppimaan kivikaudelta lähtöisin oleva värttinällä kehräämisen taito. Voit tehdä lankaa lemikkisi karvoista yhdistettynä lampaanvil-

laan. Opettellemme kurssilla myös villojen karstaamisen ja esikäsitteilyt. Lampaanvillahautua yhdistetään karstaamalla ensin esim. koiran, pitkäkarvaisen kissan, kaniinin, hevosen tai uoehen karvan kanssa ja sen jälkeen kehrätään värttinällä lankaksi. Voit hankkia ko. tarveaineet itse tai kysyä ohjaajalta. Ohjaajalta löytyy värttinät ja karstat, mutta voit tuoda myös omat. Tervetuloa oppimaan perinnetaitoja!

#### 1104351 PAPERIMASSA / PAPERINARUKURSSI

Uusi kurssi! Rantala pe 16.00-19.00 la 10.00-16.15 Leila Leinonen 26.1.-1.2.2019 Kurssimaksu 20 € Oppitunteja 12. Kurssilla tehdään paperimassasta ja kana/katiskaverkosta kolmiulotteisia töitä sekä kokeillaan maalidippaustekniikkaa. Kurssilla tutustutaan lisäksi erilaisiin paperinartekniikoihin. Voit tuoda omat kana ja/tai katiskaverkot sekä paperinarut, mutta niitä voi ostaa myös ohjaajalta. Varaa mukaasi lisäksi essu, hanskat ja eväitä sekä ilosta askartelumieltä. Tervetuloa!

#### 1201304 SUOMEN KIELEN LUKU- JA KIRJOITUSTAITON KOULUTUS

Keltainen talo ma 10.00-11.30 ke 10.00-11.30 Virpi Lohikoski 7.1.-10.4.2019 Ei kurssimaksua Oppitunteja 52

#### 1203303 ENGLANNIN VERKKOKURSSI

Uusi kurssi! Verkkokurssi. ma 15:00-16:30 Anne Luomansuu 14.1.-12.2.2019 Kurssimaksu 15 € Oppitunteja 10. Harjoitellaan matkailun ja työelämän fraaseja ja tilanteita. Asioitaan lentokentällä, hotellissa ja julkisissa kulkuneuvoissa. Esitellään omaa työpaikkaa ja puhutaan small talkia. Kurssi sopii englannin perusteet hallitseville. Tarvitset tietokoneen, nettiyhteyden sekä Google-tunnuksen. Opit samalla käyttämään Hangouts-palvelua.

#### 1299301 MATKAILUPUOLAA

Uusi kurssi! Keltainen talo, mikroluokka ma 19:00-20:30 Beata Bernar 4.3.-1.4.2019 Kurssimaksu 15 € Oppitunteja 10. Opitaan matkalla tarvittavaa sanastoa ja tutustutaan Puolan kulttuuriin.

#### 3401307 WINDOWS 10 JATKOKURSSI

Uusi kurssi! Keltainen talo, mikroluokka ma 18:00-20:30 Olli Ruohomäki 7.-21.1.2019 Kurssimaksu 15 € Oppitunteja 9. Monenmoista hyödyllistä Windows-koneiden peruskäyttöä pidemmälle menevää asiaa. Muokataan asetuksia, työpöydän ulkonäköä, asennetaan ohjelmia, tehdään päivityksiä, otetaan varmuuskopioita, kokeillaan ohjelmakauppaa, puhutaan microsoft-tilistä ja turvallisuudesta.

#### 3401311 LÄPPÄRIKERHO

Uusi kurssi! Keltainen talo, mikroluokka ke 14:00-15:30 Veteläinen Aulis 9.1.-10.4.2019 Kurssimaksu 32 € Oppitunteja 26. Kurssi on tarkoitettu alkeet jo osaaaville. Koneen, ohjelmien ja nettipalvelujen käyttöä sekä ongelmanratkaisua ryhmän toiveiden mukaisesti. Tule läppärisi kanssa..

#### 3401315 MINUSTAKO DIGINEUVOJA?

Uusi kurssi! Keltainen talo, mikroluokka to 18:00-19:30 Olli Ruohomäki 10.1.-11.4.2019 Kurssimaksu 0 € Oppitunteja 26. Nykymaailmassa asioiden hoitamiseen tarvitaan jos jonkinlaisia vehjeitä ja verkkopalvelua. Valtion suunnalta on toivottu vertaisohjaajien tarpeellisuudesta, mutta

mistä sellaisia löytyisi? Petäjä-opisto on mukana TIEKE:n digitutor-hankkeessa, missä vertaisneuvoja etsitään digimaailman sisältöihin, ongelmanratkaisuun ja ohjaamiseen taitoon. Vertaisohjaajana toimiminen antaa uutta sisältöä ja uuden harrastuksen. Paras palkinto on, kun huomaa, miten voi toista auttaa.

#### 8302311 SENIORITANSSSI

Uusi kurssi! Kangasmetsän koulu, liikuntasali ti 15:15 - 16:45 Kaija Kivioja 8.1.-23.4.2019 Kurssimaksu 32 € Oppitunteja 30. Senioritanssit on suosittu liikuntalaji joka sopii hyvin varttuneelle väelle. Senioritanssit parantaa muistia, koordinaatiokykyä ja tasapainoa sekä on mukavaa sosiaalista yhdessäoloa. Sinun ei tarvitse osata ennestään tanssia ja voit tulla mukaan yksin tai parin kanssa. Tervetuloa mukaan!

### POMARKKU

#### 1103508 GRAFIKAN PAJA

Hyvinvointikeskus Rinnetupa la 12:00-16:00 Mirva Valkama 19.1.-9.2.2019 Kurssimaksu 27 € Oppitunteja 20. Tule kokeilemaan ja aloittamaan uusi harrastus. Opetellaan linoakaiverusta neljän lautantain lyhytkurssilla. Halutessa voi kokeilla myös kuivaneulalla kuparilevyllä. Vedostaa voi lusikalla tai prässillä. Materiaalimaksu käytön mukaan.

#### 1104513 MUOTOILUBETONI

Uusi kurssi! Hyvinvointikeskus Rinnetupa pe 17:00-21:00 la-su 10:00-14:00 Anne Siltanen 5.4.-7.4.2019 Kurssimaksu 20 € Oppitunteja 15 Uusi muotoilubetoni antaa mahdollisuuden tehdä kevyitä kolmiulotteisia töitä. Muotoilubetoni on kestävämpää kuin muut betonit. Sitä on helppo käsitellä kuin savea, mutta sitä ei polteta. Voit valmistaa veistoksia ja taide-esineitä uudella tavalla. Mukaan tarvitset kanaverkkoa, styroksia ja polylitetaania. Ota myös pöydälle suojaa, essu sekä kertakäyttöhanskoja. Opettajalta voit hankkia muotoilubetonin ja opettaja tuo muut tarvittavat työkalut mukanaan.

#### 1104514 RISUISTA ON MONEKSI

Uusi kurssi! Hyvinvointikeskus Rinnetupa pe 17:00-19:30 la 10:00-15:30 Leila Leinonen 5.-6.4.2019 Kurssimaksu 15 € Oppitunteja 10 Kurssilla 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 mosaiikilla tai maalaamalla. Runko valmistetaan joko styroksista tai kanaverkosta ja sen päälle muotoillaan betoni. Opettajalta voi hankkia muotoilubetonin, mosaiikit ja maalit. Kurssi la-su 16.-17.3. ja la 23.3. Lisätietoja Katja Räikkälä puh 044-3396000

#### 1104515 KORUUMPELU

Hyvinvointikeskus Rinnetupa la 10:00-14:45 Leila Leinonen 2.-16.2.2019 Kurssimaksu 27 € Oppitunteja 18 Herätellään henkiin entisajan kädentaito; koruomelmkirjonta, mutta tehdään se uudella erikoisneulatekniikalla. Voit kirjoa taulun, tyynynpäällisen, koristeita vaatteisiin, laukkuihin, pöytäliinaan tai verhoihin. Tuo mukana kangas (puuvilla, pellava, aida tms.) ja koruommel -ja mullinilankoja sekä kuva-aiheet. Opettajalta löytyy erikois-

neulat. Tervetuloa kirjomaan!

#### 1104516 BETONIA KORISTEIKSI

Hyvinvointikeskus Rinnetupa pe 17:00-18:30 la 10:00-16:30 Leila Leinonen 16.-29.3.2019 Kurssimaksu 27 € Oppitunteja 18 Opetellaan betonin valamisen erilaisia tekniikoita. Tehdään ruukkuja, kynttilänjaljalkoja, sieniä, kastetaan betoniin erilaisia esineitä. Saat tarkemmat ohjeet lähempänä kurssin alkua. Tervetuloa mukavalle lyhytkurssille!

#### 8301501 LATINOBIC

Pomarkun monitoimihalli su 12:30-14:00 Tarja Nieminen 13.1.-5.5.2019 Kurssimaksu 32 € Oppitunteja 30. Tanssiliista menoa lattariimusiikin tahdissa. Kurssi tarjoaa mm. tanssin ja liikunnan iloa, lihaskunnan ja liikkuvuuden lisääntymistä. Sopii aloittelijoille, kokemus karttuu kurssin edetessä. Tunnin lopuksi venytetty. Kurssilla ei tarvitse paria, sillä kyseessä ei ole paritanssikurssi. Sisäkengät (ei korkokengät) ja vesipullo mukaan. Jalkeen saat tietoa opettajalta kurssin alkaessa.

#### 8301502 SELKÄYSTÄVÄLLINEN PILATES

Uusi kurssi! Pomarkun monitoimihalli su 14:30-16:00 Tarja Nieminen 13.1.-5.5.2019 Kurssimaksu 32 € Oppitunteja 30. Tunti etenee rauhallisesti ja sopii myös sinulle, jos on ollut liikunnasta taukoa. Tunti ei sisällä hypyjä. Alkulämmittelyssä herätellämme kehoa rauhallisesti ja ohjatuusti. Tunti sisältää selkäystävällisen pilateksen elementtejä, jossa turvallisesti teemme liikkeitä kehomme liikkuvuuden ja hallinnan saavuttamiseksi ja ylläpitämiseksi. Lopuksi rentoutus.

### KARVIA

#### 1103708 PISAMAKUVATAIDOKOULU A1, 6-7v.

Karvialto, harrastetila ke 13:45-15:15 Mirva Valkama 9.1.-24.4.2019 Kurssimaksu 53 € Oppitunteja 30. Tutustutaan värien ja muotojen maailmaan piirtäen ja maalaten, muovailten ja rakennellen. Tuetaan lapsen omaa ilmaisuja ja kannustetaan luovien ratkaisuihin. Toiminta on tutkivaa, kokeilevaa ja leikinomaista. Tarvittavat materiaalit sisältyvät kurssimaksuun. Ilmoittautuminen toimistoon puh. 044 -0455 510

#### 1104706 KÄDENTAITOKAHVILA

Uusi kurssi! Joka toinen viikko Marjassaunen kylätalo, Nummijokite 114 ma 18.00-20.30 Leila Lepistö 14.1.-8.4.2019 Kurssimaksu 32 € Oppitunteja 21. Karvan kädentaitokahvilassa kokoontuutaan ompeluseurojen tyyliin erilaisia käsitöitä tehden. Siellä voi toteuttaa itseään, oppia uutta ja tuntea onnistumisen iloa. Ryhmässä neulomme, virkkaamme, klipsuilemme, kahvipusseja unohtamatta kuviot kohdistellen. Kierrätys on tämän päivän juttu. Tervetuloa mukaan!

neulat. Tervetuloa kirjomaan!

#### 1104516 BETONIA KORISTEIKSI

Hyvinvointikeskus Rinnetupa pe 17:00-18:30 la 10:00-16:30 Leila Leinonen 16.-29.3.2019 Kurssimaksu 27 € Oppitunteja 18 Opetellaan betonin valamisen erilaisia tekniikoita. Tehdään ruukkuja, kynttilänjaljalkoja, sieniä, kastetaan betoniin erilaisia esineitä. Saat tarkemmat ohjeet lähempänä kurssin alkua. Tervetuloa mukavalle lyhytkurssille!

#### 8301501 LATINOBIC

Pomarkun monitoimihalli su 12:30-14:00 Tarja Nieminen 13.1.-5.5.2019 Kurssimaksu 32 € Oppitunteja 30. Tanssiliista menoa lattariimusiikin tahdissa. Kurssi tarjoaa mm. tanssin ja liikunnan iloa, lihaskunnan ja liikkuvuuden lisääntymistä. Sopii aloittelijoille, kokemus karttuu kurssin edetessä. Tunnin lopuksi venytetty. Kurssilla ei tarvitse paria, sillä kyseessä ei ole paritanssikurssi. Sisäkengät (ei korkokengät) ja vesipullo mukaan. Jalkeen saat tietoa opettajalta kurssin alkaessa.

#### 8301502 SELKÄYSTÄVÄLLINEN PILATES

Uusi kurssi! Pomarkun monitoimihalli su 14:30-16:00 Tarja Nieminen 13.1.-5.5.2019 Kurssimaksu 32 € Oppitunteja 30. Tunti etenee rauhallisesti ja sopii myös sinulle, jos on ollut liikunnasta taukoa. Tunti ei sisällä hypyjä. Alkulämmittelyssä herätellämme kehoa rauhallisesti ja ohjatuusti. Tunti sisältää selkäystävällisen pilateksen elementtejä, jossa turvallisesti teemme liikkeitä kehomme liikkuvuuden ja hallinnan saavuttamiseksi ja ylläpitämiseksi. Lopuksi rentoutus.

### KARVIA

#### 1103708 PISAMAKUVATAIDOKOULU A1, 6-7v.

Karvialto, harrastetila ke 13:45-15:15 Mirva Valkama 9.1.-24.4.2019 Kurssimaksu 53 € Oppitunteja 30. Tutustutaan värien ja muotojen maailmaan piirtäen ja maalaten, muovailten ja rakennellen. Tuetaan lapsen omaa ilmaisuja ja kannustetaan luovien ratkaisuihin. Toiminta on tutkivaa, kokeilevaa ja leikinomaista. Tarvittavat materiaalit sisältyvät kurssimaksuun. Ilmoittautuminen toimistoon puh. 044 -0455 510

#### 1104706 KÄDENTAITOKAHVILA

Uusi kurssi! Joka toinen viikko Marjassaunen kylätalo, Nummijokite 114 ma 18.00-20.30 Leila Lepistö 14.1.-8.4.2019 Kurssimaksu 32 € Oppitunteja 21. Karvan kädentaitokahvilassa kokoontuutaan ompeluseurojen tyyliin erilaisia käsitöitä tehden. Siellä voi toteuttaa itseään, oppia uutta ja tuntea onnistumisen iloa. Ryhmässä neulomme, virkkaamme, klipsuilemme, kahvipusseja unohtamatta kuviot kohdistellen. Kierrätys on tämän päivän juttu. Tervetuloa mukaan!

#### 1104706 KÄDENTAITOKAHVILA

Uusi kurssi! Joka toinen viikko Marjassaunen kylätalo, Nummijokite 114 ma 18.00-20.30 Leila Lepistö 14.1.-8.4.2019 Kurssimaksu 32 € Oppitunteja 21. Karvan kädentaitokahvilassa kokoontuutaan ompeluseurojen tyyliin erilaisia käsitöitä tehden. Siellä voi toteuttaa itseään, oppia uutta ja tuntea onnistumisen iloa. Ryhmässä neulomme, virkkaamme, klipsuilemme, kahvipusseja unohtamatta kuviot kohdistellen. Kierr