

Keski-Karjalan KANSALAI SOPISTO

OPINTO-OHJELMA Lukuvuosi 2025-2026



*Kitee
Kesälahti
Rääkkylä*

YLI 50 VUOTTA KANSALAI SOPISTOTOIMINTAA KITEELLÄ JA RÄÄKKYLÄSSÄ!

Rehtorin tervehdys

Lukuvuosi 2024-2025 oli hyvä vuosi Keski-Karjalan kansalaisopistolle. Kurssitarjonta oli monipuolista ja ilmoittautumisia tuli vähintään yhtä paljon kuin aikaisempina vuosina. Valtakunnallisiin kansalaisopistotoimintaan kohdistettuihin leikkauksiin paras lääke on ollut asiakkaiden kuunteleminen herkillä korvalla ja sitä kautta mielekkään kurssitarjonnan luominen. Kansalaisopistot ovat Suomen koulutusjärjestelmässä oppilaitosmuoto, jonka pitää joka vuosi myydä itsensä asiakkaille. Asiakkailta tulee kiitettävästi ehdotuksia uusiksi kursseiksi ja niitä yritämme toteuttaa mahdollisuuksien mukaan.

Pohjois-Karjalan maakunta on linjannut vuosille 2025-2028 hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen strategisiksi painopisteiksi hyvinvoivat ja toimintakykyiset asukkaat, osallisuuden ja yhteisöllisyyden ja turvallisen ympäristön. Samat painopistealueet toistuvat Pohjois-Karjalan kuntien omissa hyvinvointisuunnitelmissa. Vaikka Keski-Karjalan kansalaisopiston kurssitarjontaa ei ole laadittu Pohjois-Karjalan hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen näkökulmasta, on meillä siihen paljon annettavaa. Yhteisöllisyys ja toimintakyky ovat olleet jo pitkään kansalaisopistotoiminnan ytimessä. Liikunnan ja erilaisten kädentaitojen harrastaminen auttaa tutkimusten mukaan kaikenikäisiä aivoja säilyttämään toimintakykynsä. Ja vielä kun näitä asioita tekee hyvässä porukassa, on vaikutus moninkertainen. Turvallinen arki monipuolisena teemana sopii myös hyvin kansalaisopistotoimintaan. Siinäkin on lopulta kyse uusien asioiden, esimerkiksi digitaalisuuteen liittyvistä, oppimisesta.

Uuden lukuvuoden kynnyksellä erityiskiitokset Keski-Karjalan kansalaisopiston opettajille. Useimmat heistä haluavat jakaa sitä oppia, mitä he ovat itse saaneet elämän varrella. Ilman heidän panostaan kansalaisopistotoiminta olisi Keski-Karjalassa paljon vaatimattomampaa. Osallistuva kurssilainen on paras palkinto Keski-Karjalan kansalaisopiston opettajille. Täytetään siis kurssit! Hyvää lukuvuotta 2025-2026.

Matias Valoaho

Rehtori

KAIKKIIN RYHMIIN ON PAKOLLINEN ENNAKKOILMOITTAUTUMINEN

Kiteen ja Rääkkylän ryhmiin ilmoittaudutaan ensisijaisesti:

Internetissä ma 18.8.2025 klo 9.00 alkaen osoitteessa www.kitee.fi/kansalaisopisto.

Internet-ilmoittautuminen tapahtuu sivulla olevan Hellewi-linkin kautta. Voit selata kurssitarjontaa ja ilmoittautua sitten niin moneen ryhmään kuin haluat.

Puhelimitse 18.8.2025 alkaen klo 9.00-15.00 numeroissa

040 105 1149	Toimisto
040 105 1148	Eija Mujunen
040 105 1308	Auli Partio
040 105 1158	Marketta Roivas, Rääkkylä

Kursseille voi ilmoittautua myös henkilökohtaisesti opiston toimistossa Kiteellä, Koulutie 3 E 18.8.-5.9.2025 klo 9.00-15.00.

HENKILÖKUNTA

REHTORI

Matias Valoaho
puh. 040 105 1137
matias.valoaho@kitee.fi

OPETTAJAT

Vastaava suunnittelijaopettaja
Eija Mujunen
puh. 040 105 1148
eija.mujunen@edu.kitee.fi

Suunnittelijaopettaja Auli Partio
puh. 040 105 1308
auli.partio@edu.kitee.fi

Toimistos sihteeri Kaisa Turunen
puh. 040 105 1149
kaisa.turunen@kitee.fi

Yhdyshenkilö Rääkkylässä
Marketta Roivas
puh. 040 105 1158
marketta.roivas@kitee.fi

KÄYNTIOSOITE: Koulutie 3 E, Kitee
Toimistossa henkilökohtainen palvelu lukukausien aikana pääsääntöisesti maanantaina ja tiistaina klo 9.00- 15.00. Ei syys- eikä talvilomaviikkoina. Muina aikoina yhteydenotot sähköpostitse osoitteeseen kansalaisopisto@kitee.fi tai puhelimitse 040 105 1149.

ILMOITTAUTUMISEN / OSALLISTUMISEN PERUMINEN

Puhelimitse 040 105 1149 ja sähköpostitse kansalaisopisto@kitee.fi. Ilmoittautuminen on sitova. Jos et pääse tulemaan kurssille, jolle olet ilmoittautunut, muista peruuttaa se ajoissa. Osallistumisen peruminen tapahtuu aina toimiston kautta. HUOM! Kurssille tulematta jättäminen ja maksun suorittamatta jättäminen ei ole peruutus.

RYHMIEN TOIMINTA

Kurssien alettua vapaita paikkoja voi tiedustella opistolta tai suoraan opettajilta. Ryhmät aloittavat toimintansa vain, jos ennakkoilmoittautuneita on ryhmän vähimmäismäärä, pääsääntöisesti 6 opiskelijaa. Ilmoittautuessa henkilötunnus loppuosineen on opiskelijoille pakollinen laskutustietojen oikeellisuuden varmentamiseksi.

OPETUS

Opetus alkaa 8.9., jotkut ryhmät alkavat jo aikaisemmin.

Syysloma 13.10.-19.10.2025
Joululoma 8.12.2025-5.1.2026
Talviloma 2.3.-8.3.2026

Lomien aikana ei järjestetä opetusta, ellei toisin ole sovittu.

HUOMIOITAVAA

Sisäkengät

Keski-Karjalan kansalaisopiston ryhmien toimipaikoissa käytetään sisäkenkiä yleisen viihtyvyyden vuoksi.

Tupakointi

Kiteen kaupunki on savuton työpaikka. Tupakointi koulualueella on kielletty.

Vakuutus

Opisto ei ole vakuuttanut opiskelijoitaan, joten huolehdi itse riittävästä vakuutusturvastasi.

KURSSIMAKSUT

Kaikki kurssit laskutetaan. Laskun voi maksaa myös Kiteen ja Kesälahden asiointipisteessä kaupungintalolla ja Kesälahden kirjastolla. Alle 18-vuotiaan opiskelijan ilmoittautumisessa tulee olla hänen huoltajansa allekirjoitus, täydellinen henkilötunnus ja osoitetiedot laskutusta varten.

Opiskeluoikeutta ei voi saada, mikäli henkilöllä tai huoltajalla on maksamattomia kurssimaksuja Keski-Karjalan kansalaisopistolle.

Kiteellä tai Rääkkylässä asuvat työttömät henkilöt ja heidän alaikäiset lapsensa saavat syksyn kurssimaksun puoleen hintaan! Työttömän on toimitettava todistus työnhaun voimassaolosta opiston toimistoon 30.9.2025 mennessä.

Kurssimaksut vaihtelevat aihealueittain, kurssin pituuden ja järjestämiskustannusten mukaan. Opiskelija maksaa itse oppikirjat ja muut opiskelu- ja työtarvikkeet. Joihinkin opintoryhmiin opettaja hankkii keskitetysti oppimateriaalin. Tätä varten opettaja perii suoraan opiskelijoilta oppimateriaalimaksun. Keramiikka-, lasinsulatus- ja posliinimaalausryhmissä kurssimaksuun sisältyy kurssilla tehtyjen omaan käyttöön tulevien esineiden poltto. Ylimääräisistä poltoista peritään opiskelijoilta erillinen polttomaksu. Koko lukuvuoden kestävien yli 70,00 € kurssien kurssimaksut laskutetaan kahdessa erässä puolet syksyllä ja puolet keväällä.

ePASSI

Ota yhteys toimistoon jos haluat maksaa ePassilla liikunta- ja kulttuuriryhmien kurssimaksun.

TIEDOTUS

Kurssiohjelmaan tulevista muutoksista, esim. tuntien peruuntumisesta tai siirtymisestä, ilmoitetaan opiskelijoille tekstiviestillä.

HUOMI

Kurssimaksuja ei ositeta eikä palauteta, jos opiskelija tulee ryhmään tai lähtee ryhmästä kesken syys- tai kevätlukukauden. Opiskelija voi tutustua veloitukseen kerran ainoastaan yhteen valitsemaansa kurssiin lukuvuoden aikana. Kurssimaksut ovat perintäkelpoisia.

OPINTOSETELI

Opetushallitus on myöntänyt Keski-Karjalan kansalaisopistolle opintoseteliavustuksen lukuvuodelle 2025-2026. Opintoseteliä voi hakea soittamalla opiston toimistoon, puh. 040 105 1149. Setelin saajat arvotaan, mikäli hakemusten määrä ylittää myönnetyn avustusrahan. Opintoseteli on käytettävissä tästä opinto-oppaasta valitun kurssin maksamiseen. Seteliä voivat hakea kiteeläiset ja rääkkyläläiset eläkeläiset ja maahanmuuttajat. Opintosetelin arvo on 15 € kurssin hinnasta.

Huom! Opintosetelihakemus on tehtävä 30.9.2025 mennessä. Opintosetelin voi kohdentaa vain kurssimaksuun, joka on vähintään 50 €. Opintosetelin saajalle ilmoitetaan henkilökohtaisesti.

Poimintoja lukuvuoden 2025-2026 kurssitarjonnasta



Saimme jälleen lähes sata erilaista kurssiehdotusta, joista kiitokset kaikille toiveita esittäneille! Lukuvuoden 2025-2026 kurssitarjonnassa on jälleen toivottuja, jatkavia kursseja ja niiden lisäksi uusia tai pitkältä tauolta palaavia tuttavuuksia.

KESÄLAHDELLA on mahdollista jatkaa lavatanssikautta heti syyskuun alussa, jolloin Keijo Marjamaan ohjaama *Paritanssin jatkokurssi* alkaa. Lisäksi Keijo ohjaa myös toivottua Paritanssin alkeet-kurssia. Kesälahdella on niin ikään herkkua hikiliikkujille, kun Sanna Berg ohjaa joka toinen perjantai kahta peräkkäistä ryhmää. *Toiminnallinen treeni ja kehonhuolto -kurssi* on raskaan treenin ystäville, ja *Jumppa Mix*-kurssillakin on luvassa tehokasta ja sykettä nostattavaa jumppaa; hiittä, tabataa, kiertoarjoittelua, aerobicia ym.

Uusia, toivottuja lyhytkursseja Kesälahdella ovat *Uurnakurssi*, jota ohjaa Teijo Jalkanen, Nea Makkosen *Neulevinkit ja -tekniikat*, *Digilaitteiden käyttö* -kurssit Kesälahdella ja Hummovaarassa, joita luotsaa Pentti Ojajärvi sekä *Villiyrtti*-kurssi, *Nokkospäivä* ja *Ruotsin kielen keskusteluryhmä*, Jessica Kososen ohjaamina.

RÄÄKKYLÄN uusista kursseista löytyy kädentaitojen ystäville useita kursseja, mm. käsityön monitottelija Hannele Kinnusen ohjaamat lyhytkurssit *Farkkujen uusi elämä - ideoita farkuista ja Fiber Art -tilkkutyöt*. Uusi toivekurssi on myös monitaitoisen Merja Harisen ohjaama *Oma ompelukone tutuksi* -kurssi, samoin hopeaseppämestari Seppo Sankilan ohjaama *Hopeatyöt* -viikonloppukurssi. Liisa Ratilaisen ohjaamalla *Asetelmia leikkokukista* -kurssilla syntyy asetelmia kevään juhlapöytiin ja Päivi Lievosen *Villiyrtit* -kurssilla tutustutaan yleisimpiin villiyrtteihin sekä niiden käyttöön. Keramiikan ystäville on tarjolla lyhytkurssien lisäksi uusi lyhytkurssi *Kipsimuotteja keramiikkatöille*, jota ohjaa Auli Partio. Päivi Silventoinen puolestaan johdattaa maahan muutaneita suomen kielen pariin *Suomen kielen perusteita keskustellen* -kurssilla ja Jutta Anttonen ohjaa uutta ruotsin lyhytkurssia *Vi ska snacka på svenska!*

KITEELLÄ on toivottuina tarjolla mm. Merja Harisen ohjaama *Kinnasneula-, lauta- ja pirtanauhatekniikka tutuksi* -kurssi. *Kirjansidontaa alusta alkaen* -kurssilla opettajana on kirjansitojamestari ja Taito Finlandia 2022 -palkittu Tarja Rajakangas Sastamalasta.

Kiteellä tanssin ystäviä ilahduttavat taatusti uutukaiset *Lavatanssien perusteet* -kurssi, samoin *Sinkkutanssit lavatanssien ja lattareiden tahtiin* sekä *Latinalais- ja swing-tanssien perusteet*, joita ohjaavat tutut Auli Kempas ja Jouni Pennanen. Monet liikuntaryhmät jatkavat entiseen tapaan, mutta uusiakin löytyy, kuten Jenna Nissisen *Matalan kynnyksen päiväjumppa*, *Vesijumppa*, *Ulkojumppa* ja *Tehojumppa*.

Kiinnostaako uuden kielen opiskelu tai vanhan tutun kertaus? Kiteellä jatkavat monet tutut ryhmät, joiden lisäksi uusina mm. *Italian kieltä arkeen ja matkalle* Luciana Turusen ohjauksessa, Niina Syrjäsen ohjaama *Sprechen Sie Deutsch? Saksan kielen keskustelua ja kertausta* -kurssi ja erikoisuutena Camila Contrucci-Lehikaisen *Portugalin kielen alkeet*. Eija Mujusen *Ranskan alkeiskurssi* puolestaan kutsuu ranskan kielen harrastajia.

Kiireisen arjen tasapainottamiseen löytyy useita tuttuja, mutta myös uusia jooga- ja kehonhuoltokursseja. Iltakursseihin tulee uutuutena kaksi Etti Vaine Pesosen joogakurssia *Vinyasajooga, alkuilta ja Vinyasajooga, ilta*.

Löytyisikö näistä jotakin uutta sinulle? Tervetuloa kurssiellemme!

LIIKUNTAPASSI

Uutuutena niin Kiteellä, Kesälahdella kuin Rääkkylässäkin on tarjolla Liikuntapassi, joka edistää saavutettavuutta erityisesti vuorotyötä tekeville liikunnan harrastajille. Liikuntapassi mahdollistaa laajemman valikoiman eri liikuntakursseja ja myös uusien lajien kokeilun yhdellä passimaksulla. Liikuntapassin käyttäjä voi osallistua Kiteellä kymmenen eri liikuntalajiin, jotka ovat: Keppijumppa/päivä, Vesijumppa/päivä, Allasjumppa, Kahvakoula ja keppijumppa, Päiväjumppa, Sinkkutanssit, Tehojumppa, Hathajooga, Lempeää kehonhuoltoa tuolia käyttäen ja Pilates. Lisäksi Rääkkylän liikuntapassin lunastajat voivat osallistua kaikkiin Rääkkylän liikuntakursseihin ja Kesälahden liikuntapassin ostajat vastaavasti kaikkiin Kesälahden liikuntakursseihin valintansa mukaisesti. Myös Kiteen liikuntapassin hankkivat voivat hyödyntää pas-

siaan niin Rääkkylän kuin Kesälahdenkin liikuntakursseihin. Samaan liikuntalajiin voi osallistua enintään 5 kertaa, ja kaikkiaan osallistumiskertoja on enintään 15. Passiin kerätään osallistumismerkinnät ryhmistä kurssin opettajalta. Liikuntapassi on voimassa koko lukuvuoden ajan. Passia paljon käyttävät voivat hankkia uuden passin kevääksi. Liikuntaryhmien kurssikuvaukset, ajankohdat ja paikat löytyvät kurssiohjelmasta. Kurssin mahdolliset aikataulumuutokset on syytä tarkistaa ennen liikuntatunnille tuloa opiston sähköisen kurssijärjestelmän kurssikohtaisesta kalenterista, joka avautuu klikkaamalla tapaamiskertamerkinne oikealla puolella olevaa alanuolta. Kurssimaksun lisäksi uimahallin sisäänpääsymaksu on maksettava erikseen. HUOM! Passi on henkilökohtainen ja se tulee noutaa ilmoittautumisen jälkeen kansalaisopiston toimistosta.

KITEE

MUSIIKKI

110101 MIESKUORO
Kiteen Ev. kansanopisto, Opistontie 7
Ma 18.00–20.30
15.9.–15.12.2025, 12.1.–13.4.2026 40/40 t
Hannu-Heikki Hakulinen
Kurssimaksu: 65,00 €/65,00 €
Perinteistä ja uudempaa mieskuorolaulua, kuoro-ohjelmiston harjoittelua ja esittämistä sekä äänenkäytön harjoittamista. Myös uudet laulajat tervetuloa!

110103 VETERAANIBÄNDI SUUNNATON
Arppen koulu 210, Musiikki
Ti 17.30–19.00
16.9.–9.12.2025, 13.1.–7.4.2026 24/24 t
Kari Uksulainen
Kurssimaksu: 52,00 €/ 52,00 €
Bändissä jo vähän soittaneille. Soitamme soitinlapuista ja vähän nuoteistakin vaatimustasoa hieman nostaen. Opettämme myös musiikin teorian alkeita.

110104 BÄNDISOITON PERUSTEET VETERAANEILLE
Arppen koulu 210, Musiikki
Ti 15.30–17.00
16.9.–9.12.2025, 13.1.–7.4.2026 24/24 t
Kari Uksulainen
Kurssimaksu: 52,00 €/ 52,00 €
Bändisoiton perusteita. Nuotinlukutaitoa ei tarvita. Pienikin kiinnostus jotain bändisoitinta kohtaan riittää. Ohjelmisto iskelmä ja kevyttä poppia.

TEATTERI

110201 LAPSITEATTERI PIKKU POLENTO 10-14 V.
Kiteesali, Koulutie 3
Ma 16.30–18.00
8.9.–1.12.2025, 12.1.–4.5.2026 24/51 t
Tarja Jänis
Kurssimaksu: 63,00 €/63,00 €
Pikku Polento tekee tutkimusmatkaa teatterin, kehollisen ilmaisun, puheen ja iloisen tekemisen maailmaan. Toimintaa kuvaa parhaiten kupliva ilo, kokeileva ote, kuuntelu, keskittyminen, mokailun riemu, liike, leikki ja vauhdikas heittäytyminen tilanteisiin. Valmistamme kauden aikana esityksen valmiista tekstistä, jonka aihe valitaan yhdessä. Hyppää mukaan teatterin ihmeelliseen taikaapiiriin!

110202 NUORISOTEATTERI POLENTO 14-19 V.
Kiteesali, Koulutie 3
Ma 15.00–16.30
8.9.–1.12.2025, 12.1.–4.5.2026 24/51 t
Tarja Jänis
Kurssimaksu: 63,00 €/63,00 €
Tulevalla harjoituskaudella valmistamme esityksen valmiista tekstistä. Lukiolaiset voivat myös suorittaa lukion ilmaisutaidon kurssikokonaisuuden Polennossa. (Huomio lukiolainen: kysy tarkempia tietoja kurssimaksustasi!) Nuorisoteatterissa pääsee ilmaisemaan ajatuksia ja tunteita sekä kurkottelemaan kohti uusia tavoitteita teatteritaiteen kautta. Tekeminen on tutkivaa ja oppiminen tapahtuu myös kokemuksen ja tekemisen kautta. Voit tulla mukaan tekemään muitakin teatterin osa-alueita (laulu, tanssi,

bändi, lavastus, puvustus, maskeeraus, musiikki, tanssikoreografiat ja tekniikka). Ensisijaisesti suomenkielinen opetus.

KERAMIikka

110301 KERAMIikka KÄYTTÖESINEIKSI JA SISUSTUKSEEN
Ilmarinen opetustila 101, 1. krs, Koulutie 3
Ti 17.00–20.00
16.9.–25.11.2025, 13.1.–10.3.2026 40/28 t
Auli Partio
Kurssimaksu: 80,00 €/56,00 €
Jatketaan tutustumista keramiikan käsinrakentamisen perusteisiin, materiaaleihin ja pintakäsittelytapoihin (mm. scraffito, monotypia, engoben ja oksidien käyttö lasitteiden lisäksi). Tutustutaan myös muottitekniikoihin. Kokeillaan myös valusaven käyttöä. Tehdään taide- ja käyttökeramiikkaa (esim. ruukku, lyhty tai tuhkauurna lemmikille ja joitakin pienempiä töitä). Opettajalta saa ostaa materiaaleja. Sopii hyvin sekä aloittaville että lajia aiemmin harrastaneille. Kurssimaksuun sisältyy tunneilla tehtyjen esineiden poltto. Ylimääräistä töistä erillinen polttomaksu.

110302 KERAMIikkALAUANTAI
Ilmarinen opetustila 101, 1. krs, Koulutie 3
La 10.00–15.00
20.9.–29.11.2025 36 t
Auli Partio
Kurssimaksu: 72,00 €
Tutustutaan keramiikan käsin rakentamisen perusteisiin, materiaaleihin ja menetelmiin sekä turvalliseen työskentelyyn. Tehdään taide- ja käyttökeramiikkaa levy-, makkara-, nipistely- ja suomu-tekniikalla. Kokeillaan peruslasitteiden lisäksi myös muita koristelutapoja, kuten engoben ja alitasitevärien käyttöä sekä oksidien käyttöä patinoinnissa. Tutustutaan myös valusaven käyttöön. Kurssi sopii hyvin myös aloittelijoille. Kurssimaksuun sisältyy tunneilla tehtyjen esineiden poltto. Ylimääräistä töistä erillinen polttomaksu. Opettajalta saa ostaa materiaaleja. Kokoontumiset: 20. ja 27.9., 4. ja 11.10., 8.,11. ja 29.11.2025.

UUSI KURSSI!

KUVATAIDE

110306 LUMOAVA LASI - LASINSULATUKSEN JA -TAIVUTUKSEN PERUSTEET
Ilmarinen opetustila 122, 1. krs, Koulutie 3
To 17.00–20.00
23.10.–27.11.2025 24 t
Auli Partio
Kurssimaksu: 65,00 €
Tutustutaan lasin työstämiseen ja muotoiluun uunitekniikalla. Tehdään koruja ja pieniä koriste- tai käyttöesineitä. Opettajalta saa ostaa materiaaleja. Sopii hyvin aloittaville ja hieman lajia harrastaneille. Polttomaksu sisältyy kurssimaksuun.

110311 PERJANTAIN TAIDERYHMÄ
Ilmarinen opetustila 122, 1. krs, Koulutie 3
Pe 10.00–13.15
26.9.–21.11.2025, 23.1.–27.3.2026 20/20 t
Auli Partio
Kurssimaksu: 42,00 €/42,00 €
Maalataan tutuilla välineillä ja kokeillaan myös itselle uusia menetelmiä. Tehdään akvarelli-, akryyli-, tempera-, guassi- tai öljyväreillä kokeiluja paperi-, kangas-, vaneri- tai puupohjille. Voidaan tehdä myös monotypioita ilman prässää, esim. geelilevvyä hyödyntäen ja

saviprinttejä. Tutustutaan myös keraamisen kuvanveiston tapoihin: tehdään pienoisveistoksia, reliefejä, koristelaattoja tms. ja näiden pintakäsittelyjä eri tavoin. Opettajalta voi ostaa materiaalit, joista erillinen materiaalmaksu. Mahdollinen keraamisen töiden polttomaksu laskutetaan käytön mukaan. Kurssi sopii aloittelijoille ja konkareille.

KÄDENTaidot

110401 HOPEATYÖT, PERUSKURSSI, SYKSY
Arppen koulu, tekninen työ, Koulutie 3
Ti 17.00–19.30
23.9.–18.11.2025 24 t
Hopeaseppämestari Seppo Sankila
Kurssimaksu: 56,00 €
Hopean ja kuparimetallien ominaisuudet ja käsittelyt. Käytössä olevat laitteet ja työkalut sekä niiden oikeaoppinen käyttö korujen valmistuksessa. Kemiallisten aineiden turvallinen käsittely. Korujen valmistaminen, huoltaminen ja uudistaminen.

110402 HOPEATYÖT, PERUSKURSSI, KEVÄT
Arppen koulu, tekninen työ, Koulutie 3
Ti 17.00–19.30
20.1.–17.3.2026 24 t
Hopeaseppämestari Seppo Sankila
Kurssimaksu: 56,00 €
Hopean ja kuparimetallien ominaisuudet ja käsittelyt. Käytössä olevat laitteet ja työkalut sekä niiden oikeaoppinen käyttö korujen valmistuksessa. Kemiallisten aineiden turvallinen käsittely. Korujen valmistaminen, huoltaminen ja uudistaminen.

110403 HOPEATYÖT, VIikonLOPPU, SYKSY
Arppen koulu, tekninen työ, Koulutie 3
La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00
4.10.–9.11.2025 24 t
Hopeaseppämestari Seppo Sankila
Kurssimaksu: 56,00 €
Hopean ja kuparimetallien käyttö korujen valmistuksessa. Hopean sulatus ja valssaus raaka-aineaihioksi. Korukivien istutusmenetelmät ja käyttö koruihin. Pieniin koruihin soveltuva emalointi. Hopeaketjujen punonta. Vanhojen korujen kunnostus ja ns. lusikkakorujen muokkaus. Kokoontumiskerrat 4.-5.10. ja 8.-9.11.2025.

110404 HOPEATYÖT, VIikonLOPPU, KEVÄT
Arppen koulu, tekninen työ, Koulutie 3
La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00
21.2.–22.3.2026 24 t
Hopeaseppämestari Seppo Sankila
Kurssimaksu: 56,00 €
Hopean ja kuparimetallien käyttö korujen valmistuksessa. Hopean sulatus ja valssaus raaka-aineaihioksi. Korukivien istutusmenetelmät ja käyttö koruihin. Pieniin koruihin soveltuva emalointi. Hopeaketjujen punonta. Vanhojen korujen kunnostus ja ns. lusikkakorujen muokkaus. Kokoontumiskerrat 21.-22.2. ja 21.-22.3.2026.

110405 KORUJA KIVISTÄ, HOPEASAVESTA, LUSIKOISTA TAI KOLIKOISTA
Arppen koulu, tekninen työ, Koulutie 3
To 17.30–20.30
2.10.–27.11.2025, 8.1.–26.2.2026 32/32 t
Pirjoriitta Uksulainen
Kurssimaksu: 76,00 €/76,00 €
Kurssilla pääset kokeilemaan korukivien hiontaa ja tekemään koruja hopeasavesta, lusikkakoruja ja ketjunpunontaa. Mukaan tarvittavat suojavaatteiksi vedenkestävät jalkineet ja essun. Tuo mahdollisuuksien mukaan myös omat kuulosuojaimet ja suojalasit sekä hiottavat kivet. Kiviä on mahdollisuus saada myös opettajalta. Pientarvikkeista maksu opettajalle.

110410 POSLIININMAALAU, KITEE
Ilmarinen opetustila 122, 1. krs, Koulutie 3
Ma 14.00–16.30
8.9.–1.12.2025, 5.1.–30.3.2026 36/36 t
Irja Juvonen
Kurssimaksu: 60,00 €/60,00 €
Kurssi sopii kaikille posliininmaalauksesta kiinnostuneille. Kokeillaan erilaisia maalaustekniikoita, maisema-, kukka- ja muotokuva-aiheita, myös lasille maalaamista.

119813 KIRJANSIDONTAA ALUSTA ALKAEN
Ilmarinen opetustila 122, 1. krs, Koulutie 3
La 9.30–17.00, Su 9.30–17.00
25.–26.10.2025 18 t
Tarja Rajakangas
Kurssimaksu: 50,00 €

UUSI KURSSI!

Opi tekemään perinteisen näköinen kovakantinen kirja! Tyhjäsiivuinen kirja valmistuu omin käsin, alkaen paperiarkkien taittamisesta ja leikkaamisesta, langalla yhteen ommellen. Kannet teemme eri paksuisista pahveista yhdistellen ja ne päällystetään kankaalla ja koriste-paperilla perinteiseen tyyliin tai luovasti sommitellen. Muistikirjaksi, kalenteriksi, vieraskirjaksi, viinikirjaksi, resepteille, runoilte, haaveille ja suunnitelmille. Tavoitteena on oppia ymmärtämään perinteisen kovakantisen kirjan rakennetta ja oppia käyttämään materiaaleja perinteen mukaisella tavalla. Kurssi sopii sekä aloittelijoille ja kertaajille. Kirjansidonnan moninaiset vaiheet sujuvat, kun ne tehdään rauhalliseen tahtiin yhdessä. Ilmoittautuneet saavat tarkemmat ohjeet työvälineistä ja materiaaleista ennen kurssia. Kaikkia työvälineitä voi myös lainata ja materiaaleja ostaa kurssilla (5–25 euroa käytön mukaan).

119800 JOULUASETelmIA KUKISTA JA METSÄN AARTEISTA
Ilmarinen opetustila 122, 1. krs, Koulutie 3
La 10.00–14.00
22.11.2025 5 t
Liisa Ratilainen
Kurssimaksu: 15,00 €
Tarvitset kurssille: omat leikkurit, veitset ja halutessasi omia asetelma-astioita (kori tai keraaminen astia), sammalta tai jäkälää, havuja voi myös kerätä mukaan. Opettaja tuo kukat ym. tarvikkeita, joista erillinen maksu suoraan opettajalle.

UUSI KURSSI!



119823 HEHKUVIA VÄREJÄ KASVIVÄRJÄYKSELLÄ!
Suorlahti, entinen koulu, Suorlahdentie 27
Pe 17.00–20.00, La 9.00–15.00, Su 9.00–15.00
29.8.–7.9.2025 22 t
Tiina Timonen
Kurssimaksu: 60,00 €
Suunnittelupalaveri on pidetty keväällä. Kasvivärväysviikonloppu on 29.-31.8. (pe 17-20, la 9-15, su 9-15). Lankojen jako ja lankakarttojen teko 7.9. Kurssilla värjätään valituilla kasveilla/värväysaineilla pääosin neulontaan/kudontaan käytettäviä villalankoja.

TEKSTIILI

119801 AAMUPÄIVÄN KÄSITYÖPAJA
Ilmarinen opetustila 122, 1. krs, Koulutie 3
Ke 9.00–11.30
10.9.–3.12.2025, 7.1.–1.4.2026 36/36 t
Sanna Sorvi
Kurssimaksu: 60,00 €/60,00 €
Valmistetaan kaikkea kivaa itselle, kotiin tai vaikka lahjoiksi. Hyödynnetään erilaisia materiaaleja, tekotapoja ja tekniikoita. Ompelua, virkkausta, askartelua jne. Ideoidaan yhdessä kurssilaisten kanssa. Kurssi soveltuu kaikille käsitoista kiinnostuneille - sekä aloittelijoille että aiemmin harrastaneille.

119802 ILTAPÄIVÄN OMPELUA ERI TEEMOILLA
Ilmarinen opetustila 122, 1. krs, Koulutie 3
Ke 12.00–14.15
10.9.–3.12.2025, 7.1.–1.4.2026 36/36 t
Sanna Sorvi
Kurssimaksu: 60,00 €/60,00 €
Kurssilla voit tehdä tilkkutöitä, trikoo-ompelua, vaatteiden tuunausta ja korjausta, sisustus- ja käyttötavaraompelua ja kaikkea kivaa vaikka lahjaksi. Sisältö suunnitellaan yhdessä kurssin osallistujien kanssa. Kurssi sopii sekä aloittelijoille että ompelua jo aiemmin harrastaneille.

119803 KÄSITYÖRYHMÄ, HUIKKOLA
Huikkola, entinen koulu, Huikkolantie 27
Ke 17.30–20.30
1.10.–26.11.2025, 4.2.–1.4.2026 28/32 t
Merja Kupiainen
Kurssimaksu: 50,00 €/50,00 €
Vaateompelua sekä sisustustekstiilien ompelua. Vaatteiden korjausompelua. Neulontaa, virkkausta, erilaista kirjontaa, tilkkutöitä ja huovutusta sekä makrameetöitä. Kaavapaperi ja saumurilankojen perusvärit sisältyvät kurssihintaan. Luokassa on saumureita ja ompelukoneita.

119804 KANKAANKUDONTAA JA MUITA KÄSITÖITÄ, SUORLAHTI
Suorlahti, entinen koulu, Suorlahdentie 27
To 18.00–20.30
11.9.–4.12.2025, 8.1.–2.4.2026 36/36 t
Tiina Timonen
Kurssimaksu: 60,00 €/60,00 €
Kudotaan kangaspuilla, virkataan, neulotaan, värjätään lankoja purkeissa, askarrellaan. Kurssin sisältö suunnitellaan kurssilaisten kanssa yhdessä. Käytössä muutamat kangaspuut.

119805 KAHVIPUSSIN UUDET TUULET
Ilmarinen opetustila 122, 1. krs, Koulutie 3
La 9.30–15.00, Su 9.30–15.00
27.9.–5.10.2025 28 t
Sirpa Liimatainen
Kurssimaksu: 60,00 €
Tutustumme ruutupunontaan tekemällä kahvipusseista kasseja ja koreja. Yhteen pieneen kauppakassiin tarvitaan pestyjä, vain pohjasta avattuja pusseja vähintään

56 kpl. Lisäksi tarvitset sakset tai leikkurin, grillitikkuja, tylppäkärkisen neulan, viivottimen, kynän, vahvaa lankaa (puuvilla-, kalastajanlanka tms.). Reppunauhaa, nyöriä ja niittejä kassiin saa myös ostaa opettajalta. Ryhmä kokoontuu 27.-28.9. ja 4.-5.10.

119809 TUFTAUS, JATKOKURSSI
Ilmarinen opetustila 122, 1. krs, Koulutie 3
Pe 17.00–20.15, La 10.00–15.00
7.–8.11.2025 10 t
Merja Harinen
Kurssimaksu: 25,00 €
Kiinnostaako suosittu tuftaus? Täällä opit sen tekniikan ja alkeet. Mahdollisuus kokeilla myös tuftauskonetta. Välineet ja tarvikkeet ohjaajalta tarvittaessa.

119807 KINNASNEULA-, LAUTA- JA PIRTANAUHATEKNIikka TUTUKSI
Ilmarinen opetustila 122, 1. krs, Koulutie 3
Pe 17.00–20.15, La 10.00–15.00
23.–24.1.2026 10 t
Merja Harinen
Kurssimaksu: 25,00 €
Kurssilla opit tämän muinaisen, virkkaamista ja neulomista edeltäneen tekniikan. Tarvitset neulakinnasneulan ja lankaa. Tarvittaessa tarvikkeet saa ostettua kurssilta. Lauta- ja pirtanauhan tekoa varten tarvitset omat langat, opistolla on muutamia nauhapirtoja. Ryhmä kokoontuu 23.-24.1.2026

PERINNE

119814 PERINNEKONEET KUNTOON, WANHAN WOIMAN JA PERINTEEN PARIIN
Harrastehalli (ent. Koneveijareiden halli), Sumpputie 3
To 16.30–20.00
11.9.–20.11.2025, 8.1.–19.3.2026 40/40 t
Kalle Hurskainen
Kurssimaksu: 68,00 €/68,00 €
Tutustutaan vanhojen koneiden tekniikkaan ja kunnostetaan niistä toimivia yksilöitä. Kurssi toteutetaan yhteistyössä Keski-Karjalan perinnekoneyhdistyksen kanssa. Huom. tilarajoitteiden vuoksi kunnostetaan pääsääntöisesti pienempiä koneita.

PUUTYÖT JA ENTISÖINTI

119815 PUUHUONEKALUT
Erikoispuuseppä Seppo Auvisen työtilat, Meijerintie 1
Pe 18.00–21.30
12.9.–28.11.2025, 9.1.–10.4.2026 44/48 t
Seppo Auvinen
Kurssimaksu: 78,00 €/78,00 €
Valmistetaan huonekaluja ja pienempiä puutöitä kurssilaisten toiveiden mukaan. Sopii sekä aloittelijoille että puutöitä pidempään harrastaneille.

119817 HUONEKALUJEN KUNNOSTUS JA ENTISÖINTI
Erikoispuuseppä Seppo Auvisen työtilat, Meijerintie 1
La 9.00–15.00
6.9.–13.12.2025, 10.1.–25.4.2026 42/42 t
Seppo Auvinen
Kurssimaksu: 71,00 €/71,00 €
Kurssilla korjataan ja entisöidään opiskelijoiden huonekaluja. Pienet verhoilutyöt kuuluvat kurssin opetusohjelmaan. Sopii myös aloittelijoille. Kokoontuu joka toinen viikko.

119818 PUUTYÖ, LEINOLA
Kylätalo Leinola, Leinovaarantie 4 A
Ke 17.00–20.30
8.10.–19.11.2025, 7.1.–11.3.2026 33/42 t
Timo Toropainen
Kurssimaksu: 56,00 €/72,00 €
Tehdään uutta ja korjataan käytettyä.

KIELET

120301 ENGLANNIN ALKEET/ ALKEIDEN KERTAUS
Ilmarinen opetustila 122, 1. krs, Koulutie 3
To 12.00–13.15
11.9.–27.11.2025, 8.1.–9.4.2026 19/20 t
Eija Mujunen
Kurssimaksu: 37,00 €/37,00 €
Englannin kielen alkeiskurssi, johon ei tarvita aikaisempia kieliopintoja. Harjoittelemme rauhalliseen tahtiin kielen perusteita ja arkielämän käyttötilanteita. Oppimateriaali valitaan yhdessä ryhmän kanssa. Welcome!

120302 ENGLANNIN KIELEN PERUSKURSSI - PÄIVÄRYHMÄ
Ilmarinen opetustila 122, 1. krs, Koulutie 3
Ma 12.00–13.15
8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026 19/20 t
Eija Mujunen
Kurssimaksu: 37,00 €/37,00 €
Ryhmä soveltuu kaikille, jotka ovat joskus opiskelleet englantia muutaman vuoden. Harjoittelemme rauhalliseen tahtiin kielen perusteita ja arkielämän käyttötilanteita. Oppimateriaalina Everyday English 3, kpl 2 -. Welcome to practise your English!



120303 ENGLANTIA TIISTAI-ILTAPÄIVISIN - KESKUSTELUA JA KERTAUSTA
Ilmarinen opetustila 122, 1. krs, Koulutie 3
Ti 12.30–13.45
9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026 19/20 t
Eija Mujunen
Kurssimaksu: 37,00 €/37,00 €
Päiväkurssilla kartutamme kielitaitoamme yhdessä tuumin. Kurssi soveltuu kieltä useamman vuoden kansalaisopistossa harrastaneille tai muualla kielen perusteet opiskelleille. Keskitymme kielen suulliseen tuottamiseen ja sanavaraston laajentamiseen sekä kuullun ymmärtämisen petraamiseen. Oppimateriaalina Life - Upper Intermediate.

120305 ARKIPÄIVÄN ENGLANTIA - KESKITASON KERTAUSKURSSI ILLALLA
Ilmarinen opetustila 21, 2. krs, Koulutie 3
Ke 16.30–17.45
10.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026 19/20 t
Eija Mujunen
Kurssimaksu: 37,00 €/37,00 €
Kertaava englannin kielen kurssi kaikille, jotka ovat joskus opiskelleet englannin kielen perusteet (esim. perus-/keskikoulu, lukion lyhyt/pitkä kieli), mutta joiden kielitaito kaipaava päivitystä. Pääpaino on

suullisessa viestinnässä, mutta kertaamme tarvittaessa myös kielen keskeisiä rakenteita. Oppikirjana Everyday English 3 ja 4. Welcome to practise your English!

120401 SPRECHEN SIE DEUTSCH? SAKSAN KIELEN KESKUSTELUA JA KERTAUSTA
Ilmarinen opetustila 21, 2. krs, Koulutie 3
Ti 17.00–18.30
9.9.–9.12.2025 26 t
Niina Syrjänen
Kurssimaksu: 50,00 €
Arkipäivän ja matkailun saksaa muistia virkistäen ja uutta oppien. Painotus erityisesti suullisessa viestinnässä, eli lu- vassa on erilaisia keskusteluharjoituksia, kuullunymmärtämisen harjoittelua sekä sanaston kartuttamista. Kurssi soveltuu saksaa joskus esim. koulussa opiskelleille. Oppimateriaalit opettajalta.

120501 RANSKAN ALKEISKURSSI
Ilmarinen opetustila 21, 2. krs, Koulutie 3
Ma 16.30–17.45
8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026 19/20 t
Eija Mujunen
Kurssimaksu: 37,00 €/37,00 €
Ranskan alkeiskurssilla edetään rauhallisesti, tutustutaan aitoihin arkielämän pu- heilanteisiin ja harjoitellaan ääntämistä oppikirjan tekstien pohjalta. Kurssi on tarkoitettu ainoastaan alkeistason opiskelijoille. Oppimateriaali valitaan kurssin alussa. Bienvenue!

120801 ITALIAN KIELTÄ ARKEEN JA MATKALLE
Ilmarinen opetustila 21, 2. krs, Koulutie 3
Ma 18.15–19.45
15.9.–24.11.2025, 12.1.–27.4.2026 20/28 t
Luciana Turunen
Kurssimaksu: 45,00 €/45,00 €
Si parte! oppimateriaalin avulla tutus- tutaan matkailuun ja jokapäiväiseen elämään liittyviin aihepiireihin, kuten asioimiseen kahvilassa, ravintolassa ja kaupoissa. Tutustutaan kulttuuriin, unohtamatta kaunista italialaista musiik- kia. Kurssi sopii kaikille italiaa hieman harrastaneille. Tervetuloa virkistämään vanhaa ja oppimaan uutta!

129801 PORTUGALIN KIELEN ALKEET
Ilmarinen opetustila 21, 2. krs, Koulutie 3
To 17.30–19.00
11.9.–4.12.2025, 8.1.–9.4.2026 24/24 t
Camila Contrucci Lehikoinen
Kurssimaksu: 45,00 €/45,00 €
Portugalin kieli on maailman kuuden- neksi puhutuin kieli ja äidinkielisiä pu- hujia on yli 200 miljoonaa, joista suurin osa asuu Portugalissa ja Brasiliassa. Kurssilla tutustumme portugalin kielen alkeisiin ja harjoittelemme arkipäivän kielenkäyttötilanteita. Kurssi sopii kaikille kielestä ja portugalinkielisestä maail- masta kiinnostuneille. Oppimateriaalina Descobertas 1, Portugalin perusteet (Finn Lectura). Bem-vindo!

METSÄSTÄJÄKURSSI

320100 METSÄSTÄJÄKURSSI
Ilmarinen opetustila 22, 2. krs, Koulutie 3
To 17.00–20.15
4.–25.9.2025 16 t
Tuomas Kiljunen
Kurssimaksu: 45,00 €
Metsästäjäutukintoon valmistautumiseen järjestetään 4 illan aikana 12 tuntia kes- tävä koulutustilaisuus, jossa annetaan metsästäjäutukinnossa vaadittavat tiedot. Valmentavana oppikirjana on Metsästä- jän opas. Koulutuksen aikana käydään läpi seuraavat aiheet: metsästyslainsää-

däntö, lajintuntemus, riistaekologia ja riistanhoito, eettinen ja kestävä metsästyks, aseet ja patruunat metsästyksessä, metsästyksen turvallisuus, pyyntivälineet ja -menetelmät, saaliin käsittely.

DIGITAI DOT

340500 ÄLYKÄNNYKKÄ TUTUKSI Ilmarinen opetustila 122, 1. krs, Koulutie 3 To 10.00–11.30 22.1.–26.2.2026 12 t Markku Hyvönen Kurssimaksu: 30,00 € Opetellaan älypuhelimien perustoimin-toja, sovellusten asennusta ja käyt-töä, sähköpostin, tekstiviestien sekä WhatsAppin käyttöä, terveyspalveluiden ja omien pankkiasioden hoitamista ver-kossa. Kurssi on suunnattu kaikille, jotka haluavat oppia käyttämään ja hyödyntä-mään älypuhelimiaan. Ota mukaan oma älypuhelimesi.

UUSI KURSSI!

LUONNONTUOTTEET JA RUOKA

719800 SIENET TUTUKSI I – SIENIKURSSI ALOITTELIJOILLE Kiteen erä- ja riistapolku, Mäljula, Anttilantie La 11.00–14.15 13.9.2025 4 t Päivi Lievonen Kurssimaksu: 15,00 € Lyhytkurssilla tutustutaan helpoimpiin ja tutuimpiin yleisiin sienilajeihin kuten kanttarelliin, herkkutattiin ja rouskuihin. Käymme läpi myös näköislajeja. Opet-telemme siententunnistuksen perusteet, käsittelyn ja esivalmistelun ruoanlait-toon. Kurssilla pidetään pieni evästau-ko. Toteutus Kiteen erä- ja riistapolun maastossa.

UUSI KURSSI!

810201 METSÄSTÄ JA LUONNOSTA LAUTASELLE Huikkola, entinen koulu, Huikkolantie 27 Ti 18.00–20.30 21.10.–18.11.2025 15 t Heljä Leinonen Kurssimaksu: 40,00 € Syksyn ajankohtaiset ruoka-aineet pataan ja leivontaan.



810202 HYVÄN RUUAN ARKI, EDULLISTA ARKEEN JA JUHLAAN Huikkola, entinen koulu, Huikkolantie 27 Ti 18.00–20.30 10.2.–17.3.2026 15 t Heljä Leinonen Kurssimaksu: 40,00 € Kansainvälisiä tuulahduksia keittiöön, arki- ja juhlaruokia ja -leivonnaisia.

810203 MAUKASTA ARKIRUOKAA EDULLISESTI Arppen koulu 212, kotitalous To 15.15–18.30 28.8.–25.9.2025 20 t Auli Partio Kurssimaksu: 90,00 € Kurssilla valmistetaan eritaisia ruokalaje-ja syyssesongin raaka-aineita hyödyntä-en. Opitaan perustaitoja raaka-aineiden valinnasta ruoanvalmistukseen sekä työvälineiden käytöstä tiskaamiseen. Kurssimaksu sisältää tarvikehankinnat.

810205 ARKI- JA JUHLALEIVONTAA Arppen koulu 212, kotitalous To 15.15–18.30 8.1.–12.2.2026 20 t Auli Partio Kurssimaksu: 90,00 € Nopeita, helppoja leipomuksia arjen kahvihetkiin ja välipalaksi. Suolaista ja makeaa tarjottavaa juhlapöytään. Kurssi-maksu sisältää tarvikehankinnat.

TANSSI

110505 LAVATANSSIEN PERUSTEET Yhteisöotalo, sali, Välttimäentie 4 Ke 18.30–20.00 17.9.–3.12.2025 22 t Kempas Auli, Pennanen Jouni Kurssimaksu: 66,00 € Kurssi sopii aloittelijoille ja tavallisimpia lavatansseja jo vähän tanssineille. Harjoittelemme syksyn aikana yleisimmät lavatanssit ja syven-nämme taitoja tanssitekniikassa ja kehon käytössä. Aloitamme valssilla ja tanssim-me sitä 2 ensimmäistä kertaa. Sovimme yhdessä tanssilaadut ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Harjoittelemme myös tanssissa tarvittavaa kehonhallin-taa, vientiä ja seuraamista sekä kullekin tanssille ominaista tekniikkaa erilaisten harjoitteiden avulla tanssin lomassa.

UUSI KURSSI!

110506 LATINALAIS- JA SWING-TANSSIEN PERUSTEET Yhteisöotalo, sali, Välttimäentie 4 Ke 18.30–20.00 7.1.–1.4.2026 24 t Kempas Auli, Pennanen Jouni Kurssimaksu: 72,00 € Kurssi sopii aloittelijoille ja vähän tans-sineille tai tanssitauon jälkeen taitojen palauttamiseen. Tanssimme samaa tanssilaatua kahdella peräkkäisellä ker-ralla ja valitsemme tanssilaadut seuraa-vista tanssilajeista kurssilaisten kanssa yhdessä: salsa, samba, rumba-bolero, cha cha, jive, fuskus, bugg – paikalla tanssittava tai etenevä, boogie woogie, lindyhop, west coast swing. Aloitamme salsan tanssimisella.

UUSI KURSSI!

110508 SINKKUTANSSIT LAVATANSSIEN JA LATTAREIDEN TAHTIIN Yhteisöotalo, sali, Välttimäentie 4 Ke 17.20–18.20 17.9.–3.12.2025, 7.1.–1.4.2026 19/20 t Kempas Auli Kurssimaksu: 59,00 €/59,00 € Kurssi sopii sinulle, joka pidät tanssista, mutta sinulla ei ole paria sen toteutta-miseen. Aiempaa tanssikokemusta ei tarvita, aloitamme perusteista ja ete-nemme rauhallista tahtia. Valitsemme ryhmän kanssa talven aikana tanssit-tavat laadut ja etenemistahdin ensim-mäisellä kokoontumiskerralla, jolloin tanssimme salsaa. Tanssimme musiikin tahtiin erilaisia lavatansseja ja latinalais/ swing-tansseja. Kehonhallinta, tasapaino ja kunto kohoavat tanssin ohessa huo-maamatta. Tanssi on tutkitusti parhaita keinoja huoltaa kehoa ja mieltä.

UUSI KURSSI!

LIIKUNTA

830101 LIIKUNTAPASSI KITEE Kurssimaksu 45,00 € Liikuntapassi soveltuu monipuolisesta liikunnasta pitävälle tai esim. vuorotyössä oleville henkilöille. Liikuntapassin käyttäjä voi osallistua kymmeneen eri liikuntalajiin Kiteellä, jotka ovat: Keppijumppa/päivä, Vesijump-pa/päivä, Allasjumppa, Kahvakuula ja keppijumppa, Päiväjumppa, Sinkkutans-sit, Tehojumppa, Hathajooga, Lempeä kehonhuolto tuolia käyttäen ja Pilates. Lisäksi on mahdollista osallistua sekä Kesälahden että Rääkkylän kaikkiin liikuntaryhmiin. Samaan liikuntalajiin voit osallistua enintään 5 kertaa, ja osal-listumiskertoja on enintään 15. Passiin keraät osallistumismerkinnät käymistäsi ryhmistä. Liikuntapassi on voimassa koko lukuvuoden ajan. Passia paljon käyttävät voivat hankkia uuden passin kevääksi. Katso liikuntaryhmien kurssikuvaukset, ajankohdat ja paikat kurssiohjelmasta. Tarkista kurssin mahdolliset aikataulu-muutokset ennen liikuntatunnille tuloa opiston sähköisen kurssijärjestelmän kurssikohtaisesta kalenterista, joka avautuu klikkaamalla tapaamiskertamer-kinnän oikealla puolella olevaa alanuolta. Kurssimaksun lisäksi uimahallin sisään-pääsymaksu on maksettava erikseen. HUOM! Passi on henkilökohtainen ja se tulee noutaa ilmoittautumisen jälkeen kansalaisopiston toimistosta.

UUTUUS!

830100 KEPPIJUMPPA, PÄIVÄ VesPeli, liikuntasali, Urheilutie 7 Ma 12.30–13.15 8.9.–1.12.2025, 5.1.–30.3.2026 12/12 t Jenna Nissinen Kurssimaksu: 60,00 € Monipuolista liikuntaa kepin kanssa reippaan musiikin tahdittamana. Vetreyt-täviä, elvyttäviä ja avaavia liikkeitä sekä tasapainoharjoituksia.

830102 KAHVAKUULA-JA KEPPIJUMPPA Arppen koulu, liikuntasali, Koulutie 3 D, ovi D8 Ke 17.00-18.00 10.9.–3.12.2025, 7.1.–1.4.2026 16/16 t Miika Timonen Kurssimaksu: 39,00 €/39,00 € Kehittää lihasvoimaa, kestävyyttä, liikkuvuutta sekä tasapainoa. Välineenä kahvakuulat tai kepit. Harjoituksissa tehdään kokonaisvaltaisia ja monipuo-lisia liikkeitä, joissa treenataan useaa lihasryhmää kerralla. Tunti voi koostua lämmittelystä, tekniikkaharjoitteista ja liikepattereista tai kuntopiiriityppisestä kokonaisuudesta. Sopii erinomaisesti se-kä miehille että naisille. (Sään salliessa myös ulkona.)

830104 ÄIJÄJUMPPA, SYKSY Arppen koulu, liikuntasali, Koulutie 3 D, ovi D8 Ke 18.15-19.15 10.9.–3.12.2025 16 t Miika Timonen Kurssimaksu: 40,00 € Miehille tarkoitettu tunti, joka kehittää monipuolisesti lihaskuntoa. Tunti sisältää helpon alkulämmittelyn, lihaskunto-osuuden ja loppuvenyttelyn. Sopii kaiken ikäisille miehille. Tunti voi olla kuntosalilla, liikuntasalissa tai ulkona sään salliessa.

830105 ÄIJÄJUMPPA, KEVÄT Arppen koulu, liikuntasali, Koulutie 3 D, ovi D8 Ke 18.15-19.15 7.1.–1.4.2026 16 t Miika Timonen

Kurssimaksu: 40,00 € Miehille tarkoitettu tunti, joka kehittää monipuolisesti lihaskuntoa. Tunti sisältää helpon alkulämmittelyn, lihaskunto-osuu-den ja loppuvenyttelyn. Sopii kaiken ikäi-sille miehille. Tunti voi olla kuntosalilla, liikuntasalissa tai ulkona sään salliessa.

830107 MATALAN KYNNYKSEN PÄIVÄJUMPPA VesPeli, liikuntasali, Urheilutie 7 Ti 11.45–12.30 9.9.–2.12.2025, 13.1.–7.4.2026 12/12 t Jenna Nissinen Kurssimaksu: 60,00 € Matalan kynnyksen päiväjumpan tunnit sisältävät lämmittelyn, lihaskunto-osuuden ja lyhyet loppuvenytykset. Tunneilla käytetään erilaisia välineitä, kuten kahvakuulia ja kuminauhoja. Ota mukaan oma jumppamatto, vesipullo, kahvakuula ja kuminauha.

830109 ULKOJUMPPA Hutsin Urheilukeskus, kuntoportaati, Urheilutie 7 Ma 18.00–19.00 20.4.–18.5.2026 7 t Jenna Nissinen Kurssimaksu: 20,00 € Tule nauttimaan raikkaasta ulkoilmasta Hutsin urheilualueelle. Tunneilla on vaihtuva teema, esim. porrastreeniä tai lihaskuntojumppaa. Oma juomapullo mukaan.

UUSI KURSSI!

830112 TEHOJUMPPA Arppen koulu, liikuntasali, Koulutie 3 D, ovi D8 Ma 18.30–19.30 8.9.–1.12.2025, 5.1.–30.3.2026 16/16 t Jenna Nissinen Kurssimaksu: 39,00 €/39,00 € Kovatehoinen tunti, jossa syke nousee ja rasva palaa! Tunti sisältää lihas-kuntoliikkeitä välineillä ja ilman sekä juoksuosuuksia ja hyppyjä. Tunti sopii aktiivisesti liikkuville.

UUSI KURSSI!

830114 TERVEYSLIIKUNTAA, LEINOVAARA JA HUMMOVAARA Kylätalo Leinola ja Hummon kylätalo Ma 17.30-18.30 8.9.–1.12.2025, 5.1.–30.3.2026 16/16 t Hanneliina Kojo Kurssimaksu: 39,00 €/39,00 € Peruskuntaa ylläpitävää monipuolista liikuntaa kaikenikäisille ja -kuntoisille. Tun-neilla käytetään oman kehon painoa sekä erilaisia välineitä, kuten keppejä, käsipai-noja ja kuminauhoja. Keskitytään lihas-kuntoharjoituksiin, mutta tehdään myös tasapainoliikkeitä ja venytyksiä. HUOM! Ryhmä kokoontuu vuoroviikoin Leinolan kylätalolla ja Hummon kylätalolla.

830115 PERUSJUMPPA KAIKILLE, PUHOS Puhoksen koulu, Kartanontie 5 Ma 17.45–18.45 8.9.–1.12.2025, 5.1.–30.3.2026 16/16 t Tiina Timonen Kurssimaksu: 39,00 €/39,00 € Kuntaa ylläpitävää, monipuolista liikuntaa kehoa ja eri välineitä hyväksi käyttäen. Ryhmä soveltuu kaikenikäisille ja -kuntoisille.

830116 VESIJUMPPA Urheilutalo/Uimahalli, Urheilutie 7 Ke 13.15–14.00 10.9.–3.12.2025, 7.1.–1.4.2026 12/12 t Jenna Nissinen Kurssimaksu: 60,00 € Vesiliikuntaa reippaan musiikin tahtiin välineillä ja ilman. Liikkeet saa tehdä omaan tahtiin, joten tunti soveltuu kaikenkuntoisille. Kurssimaksu ei sisällä uintimaksua.



830117 ALLASJUMPPA
Urheilutalo/Uimahalli, Urheilutie 7
Ke 19.30–20.15
10.9.–3.12.2025, 7.1.–1.4.2026 12/12 t
Tiina Timonen
Kurssimaksu: 60,00 €
Monipuolinen vesijumppa, joka sisältää lämmittely-, hyppy- ja juoksuosuuksia sekä lihaskuntoharjoitteita. Myös nivel-vaivaiset voivat nauttia tästä tunnista. Vesi pehmentää liikkeitä. Kurssimaksu ei sisällä uintimaksua.

830118 LAUANTAIN TEHOVESIJUMPPA
Urheilutalo/Uimahalli, Urheilutie 7
La 10.00–10.45
13.9.–13.12.2025, 10.1.–11.4.2026 11/12 t
René Eugenio Juárez
Kurssimaksu: 60,00 €
Tehokasta liikuntaa vedessä musiikin tahdissa. Liikkeet vedessä ovat pehmeitä ja tehokkaita. Tehovesijumppa kehittää kestävyyyttä ja vahvistaa lihaskuntaa. Apuna liikkeitä tehostamaan käytetään erilaisia apuvälineitä. Kurssilaisilta vaaditaan hyvää peruskuntaa. Kurssimaksu ei sisällä uintimaksua. Ryhmä ei kokoonnu syksyllä 18.10., 1.11., 6.12. ja keväällä 7.3. ja 4.4.

830119 JUURIKAN JUMPPA
Juurikan vapaa-aikakeskus,
Juurikkajärventie 3
Ma 18.00–19.00
15.9.–1.12.2025, 12.1.–30.3.2026 15/15 t
Eila Uuksulainen
Kurssimaksu: 37,00 €/37,00 €
Perusjumppaa naisille tehostaen musiikilla, välineillä ja ilman välineitä oman kehon painolla.

830120 HEINONIEMEN TUOLIJUMPPA
Heinoniemen Kotipirtti,
Heinoniementie 37
Ma 16.00–17.00
8.9.–1.12.2025, 5.1.–30.3.2026 16/16 t
Hanneliina Kojo
Kurssimaksu: 39,00 €/39,00 €
Tehdään monipuolisesti liikkeitä tuolilla istuen, mahdollisesti myös seisten riippuen osallistujien kunnosta. Ei lattialle menoa. Käytetään toiveiden mukaan erilaisia välineitä, kuten käsipainoja tai jumppakuminauhaa. Tavoitteena on lisätä liikkuvuutta sekä pitää isot lihakset vahvoina ja toimintakykyisinä.

JOOGA JA KEHONHUOLTO

830106 LEMPEÄÄ KEHONHUOLTOA
TUOLIA KÄYTTÄEN
Rantalan koulu, Koulutie 3 F
To 15.00–16.00
2.10.–11.12.2025, 8.1.–16.4.2026 13/16 t
Mirja Annukka Oras
Kurssimaksu: 70,00 €
Tämä helppo, hengityksen tahtiin kulkeva liikuntamuoto on samanaikai-

sesti kehonhuoltoa, hengitysharjoituksia ja hellittämistä rentoutuen. Liikkeet tehdään tuolia apuna käyttäen. Hatha-joogaa mukailevien liikkeiden ansiosta tämä on loistava tapa pitää keho notkeana. Lisäksi se on helppoa liikuntaa myös kotona tehtäväksi. Kevätlukukaudella liikuntasali on lukion käytössä yo-kokeiden vuoksi, kokoontumisia ei ole 5.3., 12. 3. ja 19.3.

830302 HATHAJOOGA
Rantalan koulu, Koulutie 3 F
To 16.30–18.00
2.10.–11.12.2025, 8.1.–16.4.2026 20/24 t
Mirja Annukka Oras
Kurssimaksu: 50,00 € /50,00 €
Lempeää, rentouttavaa, lihaskuntaa vahvistavaa hathajoogaa kaiken ikäisille ja kokoisille. Sopii vasta-alkajille ja aiemmin joogaa harrastaneille. Mukaan jooga-alusta ja lämmin joustava asu. Kevätlukukaudella liikuntasali on lukion käytössä yo-kokeiden vuoksi, kokoontumisia ei ole 5.3., 12.3. ja 19.3.

830303 PIIAN PÄIVÄJOOGA
Kästekonen, Ilmarisentie 5,
82500 Kitee
To 14.30–16.00
18.9.–11.12.2025, 8.1.–2.4.2026 24/24 t
Piia Pippuri
Kurssimaksu: 54,00 €/54,00 €
Lempeää, rentouttavaa, lihaskuntaa vahvistavaa hathajoogaa kaiken ikäisille ja kokoisille. Sopii vasta-alkajille ja aiemmin joogaa harrastaneille. Mukaan jooga-alusta ja lämmin joustava asu.

830304 PIIAN ILTAJOOGA
Kästekonen, Ilmarisentie 5,
82500 Kitee
To 16.30–18.00
18.9.–11.12.2025, 8.1.–2.4.2026 24/24 t
Piia Pippuri
Kurssimaksu: 54,00 €/ 54,00 €
Lempeää, rentouttavaa, lihaskuntaa vahvistavaa hathajoogaa kaiken ikäisille ja kokoisille. Sopii vasta-alkajille ja aiemmin joogaa harrastaneille. Mukaan jooga-alusta ja lämmin joustava asu.

830305 PIIAN MAANANTAIJOOGA
Kästekonen, Ilmarisentie 5,
82500 Kitee
Ma 14.30–16.00
15.9.–8.12.2025, 5.1.–30.3.2026 24/24 t
Piia Pippuri
Kurssimaksu: 54,00 €/54,00 €
Lempeää, rentouttavaa, lihaskuntaa vahvistavaa hathajoogaa kaiken ikäisille ja kokoisille. Sopii vasta-alkajille ja aiemmin joogaa harrastaneille. Mukaan jooga-alusta ja lämmin joustava asu.

830306 PILATES PERUSTEET JA JATKO
Yhteisötila, sali, Välttimäentie 4
Pe 17.30–18.30
5.9.–12.12.2025, 16.1.–17.4.2026 15/15 t
Päivi Karhu-Sormunen
Kurssimaksu: 37,00 €/37,00 €

Käydään ensin läpi Pilatesin perusteet ja jatketaan ryhmän tason mukaan. Tunneilla ohjattavista liikkeistä annetaan erilaisia vaihtoehtoja, joten alkeis-/perustason tunnit sopivat hyvin sekä ensikertalaisille että jo hetken aikaa pilatesta harrastaneille. Ota mukaan oma alusta. Ei sovellu raskaana oleville. Huom! Ryhmä ei kokoonnu pe 26.9. ja 14.11.2025, 9.1. ja 27.2.

830307 VINYASAJOOGA, ALKUILTA
Kästekonen, Ilmarisentie 5,
82500 Kitee
Ke 17.00–18.30
17.9.–10.12.2025,
7.1.–1.4.2026 24/24 t
Etti Vaine-Pesonen
Kurssimaksu: 54,00 €/54,00 €
Vinyasajooga on kehoa herättelevä ja energisoiva joogamuoto, jossa dynaaminen liike yhdistyy hengitykseen. Yhdessä liikkeessä eli asanassa ei viivytä kauaa, vaan soljuva liike sidotaan sarjoiksi, jotka vahvistavat lihaksia ja lisäävät liikkuvuutta. Lempeässä liikkeessä mieli pääsee keskittymään ja rauhoittumaan sekä keho-mieli -yhteys vahvistumaan. Harjoitus päätetään aina loppurentoutukseen. Tunneilla tarjotaan asanoista sopiva vaihtoehto jokaiselle. Tervetuloa mukaan aloittamaan tai jatkamaan joogamatkaasi.

830308 VINYASAJOOGA, ILTA
Kästekonen, Ilmarisentie 5,
82500 Kitee
Ke 18.45–20.15
17.9.–10.12.2025,
7.1.–1.4.2026 24/24 t
Etti Vaine-Pesonen
Kurssimaksu: 54,00 €/54,00 €
Vinyasajooga on kehoa herättelevä ja energisoiva joogamuoto, jossa dynaaminen liike yhdistyy hengitykseen. Yhdessä liikkeessä eli asanassa ei viivytä kauaa, vaan soljuva liike sidotaan sarjoiksi, jotka vahvistavat lihaksia ja lisäävät liikkuvuutta. Lempeässä liikkeessä mieli pääsee keskittymään ja rauhoittumaan sekä keho-mieli -yhteys vahvistumaan. Harjoitus päätetään aina loppurentoutukseen. Tunneilla tarjotaan asanoista sopiva vaihtoehto jokaiselle. Tervetuloa mukaan aloittamaan tai jatkamaan joogamatkaasi.

830311 EROON STRESSISTÄ JA ENERGIAA KEHOON JA ELÄMÄÄN
Kästekonen, Ilmarisentie 5,
82500 Kitee
Pe 18.00–20.00, La 10.00–14.00, Su 10.00–14.00
19.–21.9.2025 13 t
Kaisa Lehtipuro
Kurssimaksu: 32,00 €
Ota aikaa itsellesi ja omalle hyvinvoinnillesi tällä viikonloppukurssilla. Ihanan rentouttava ja rauhoittava viikonloppu syksyn kiireiden keskelle lataa kehon ja mielen talveen. Teemme Kiinasta kotoisin olevia liikesarjoja seisoen ja istuen, lyhyitä meditaatioita sekä hengitysharjoituksia. Harjoitusten pohjana on elämänenergian harjoitukset eli Qigong. Mukaan oma vesipullo, matto ja kevyet eväät tarpeen mukaan, pidämme pienen evästauon la-su.

830312 LIIKETTÄ SELÄLLE!
Kästekonen, Ilmarisentie 5,
82500 Kitee
Pe 18.00–20.00, La 10.00–14.00, Su 10.00–14.00
21.–23.11.2025 13 t
Kaisa Lehtipuro
Kurssimaksu: 32,00 €
Selkää hoitava viikonloppu. Tehdään helppoja liikkeitä ja liikesarjoja, jotka hoitavat selkää. Auttaa ennaltaeh-

käisemään selän ongelmia ja auttaa hoitamaan kipeytyynyttä selkää. Liikkeet pohjautuvat kiinalaisiin qigong- liikesarjoihin. Teemme liikesarjoja seisoen ja istuen, lyhyitä meditaatioita sekä hengitysharjoituksia. Mukaan oma vesipullo, matto ja kevyet eväät tarpeen mukaan, pidämme pienen evästauon la-su.

830313 UUTTA VIRTAA TALVEEN!
Kästekonen, Ilmarisentie 5,
82500 Kitee
Pe 18.00–20.00, La 10.00–14.00, Su 10.00–14.00
23.–25.1.2026 13 t
Kaisa Lehtipuro
Kurssimaksu: 32,00 €
Lempeää herättelyä keholle ja mielelle kiinalaisten liikkeiden ja liikesarjojen kautta (qigong). Teemme liikesarjoja seisoen ja istuen, lyhyitä meditaatioita sekä hengitysharjoituksia. Harjoitukset auttavat rauhoittamaan mielen, hoitavat kehoa ja erityisesti selkää sekä auttavat vähentämään stressiä. Mukaan oma vesipullo, matto ja kevyet eväät tarpeen mukaan, pidämme pienen evästauon la-su.

830314 QIGONG - LOHIKÄÄRMEEN VOIMA
Kästekonen, Ilmarisentie 5, 82500 Kitee
Pe 18.00–20.00, La 10.00–14.00, Su 10.00–14.00
13.–15.3.2026 13 t
Kaisa Lehtipuro
Kurssimaksu: 32,00 €
Tänä viikonloppuna tutustumme mystiseen lohikäärmeeseen, joka edustaa meidän sisaistä voimaamme. Tutustumme lohikäärmeen symboliikkaan taolaisessa perinteessä ja teemme erilaisia lohikäärme - liikesarjoja, kuin myös muita qigong liikesarjoja, meditaatioita ja hengitysharjoituksia. Teemme liikesarjoja seisoen ja istuen, lyhyitä meditaatioita sekä hengitysharjoituksia. Mukaan oma vesipullo, matto ja kevyet eväät tarpeen mukaan, pidämme pienen evästauon la-su.

830315 LAUANTAIN JOOGAPÄIVÄT
Kästekonen, Ilmarisentie 5,
82500 Kitee
La 10.00–14.45
27.9.–15.11.2025, 10.1.–11.4.2026 18/24 t
Piia Pippuri
Kurssimaksu:42,00 €/54,00 €
Lempeän hathajoogan ja rentoutumisten lisäksi tutustumme mm. joogafilosofian eettisiin elämän ohjeisiin sekä chakroihin. Voit tulla oppimaan uutta, kertamaan tuttuja asioita tai vain viettämään kiireetöntä päivää. Kurssi sopii kaikille aiheesta kiinnostuneille. Ota mukaan jooga-alusta, villti ja pieni tyyny sekä mukavat lämpimät vaatteet. Päivän aikana on ruokatauko, joten omat eväät mukaan. Kokoontumiskerrat syksy: 27.9., 25.10., 15.11.2025 ja kevät: 10.1., 7.2, 7.3., 11.4.2026.



Kesälahti

MUSIIKKI

110130 YKSINLAULU, KESÄLAHTI
Kesälahti-talo, Puruvesisali,
Pyhäjärventie 2
Ti 17.15–20.15
2.9.–11.11.2025, 13.1.–31.3.2026 40/44 t
Leena Astikainen
Kurssimaksu: 71,00 €/71,00 €
Monipuolisia harjoituksia ryhmässä ter-
veen lauluäänen kehittämiseksi. Pidetään
syys- ja kevätkonsertti valikoiduista tee-
moista. Tervetuloa entiset ja uudet laulajat!

110131 SEKAKUORO, SYKSY
Sovintola, Pyhäjärventie 8
Ke 18.00–19.30
10.9.–3.12.2025 24 t
Esko Alanen
Kurssimaksu: 45,00 €

Puruveden Laulu on sekakuoro, jonka
ohjelmisto on ollut perinteisesti monipuo-
lista ja joka tuo laulun iloa sekä kuulijoille
että laulajille. Viikottaisissa harjoituksissa
valmistetaan ohjelmistoa erilaisiin esiinty-
misiin, joista sovitaan tarkemmin syksyn
ensimmäisissä harjoituksissa.

110132 SEKAKUORO, KEVÄT
Sovintola, Pyhäjärventie 8
Ke 18.00–19.30
7.1.–1.4.2026 24 t
Esko Alanen
Kurssimaksu: 45,00 €

Puruveden Laulu on sekakuoro, jonka
ohjelmisto on ollut perinteisesti monipuo-
lista ja joka tuo laulun iloa sekä kuulijoille
että laulajille. Viikottaisissa harjoituksissa
valmistetaan ohjelmistoa erilaisiin esiinty-
misiin, joista sovitaan tarkemmin kevään
ensimmäisissä harjoituksissa.

KUVATAIDE

110331 MAALAUSTA JA PIIRUSTUSTA
Puruvesi-talo P215 kuvaamataito/tekst.
työ, Pyhäjärventie 3
La 10.00–15.00
13.9.–29.11.2025, 7.2.–23.5.2026
24/30 t
Maija-Liisa Hallikainen
Kurssimaksu: 51,00 €/51,00 €
Kurssilla tutustutaan maalauksen ja
piirustuksen kuvalliseen työskentelyyn.
Opiskellaan niiden kieltä ja tekniikoita. Har-
jaannutetaan kunkin opiskelijan omaa väri-
muoto-, tilatajua ja kehitetään havaintoky-
kyä. Pyritään löytämään omaa ilmaisua
tukevaa kädenjälkeä. Kurssille voivat
osallistua jo aiemmin maalausta hieman
harrastaneet kuin myös vasta-alkajat.

**110333 TAIDEMAALAUKSEN
PERUSKURSSI**
Puruvesi-talo P215 kuvaamataito/tekst.
työ, Pyhäjärventie 3
La 10.00–13.15
27.9.–13.12.2025 16 t
Ahti Pitkänen
Kurssimaksu: 36,00 €
Värihavaintoa ja värin käytön perus-
teita maalaustehtävien aikana. Kurssilla
tehdään vesivärin, temperan ja öljyvärin
harjoituksia. Aloituskerralla tarvitaan
vesivärin välineet. Kokoonmiskerrat la
27.9., 25.10., 15.11. ja 13.12.

UUSI KURSSI!



SANATAIDE

110630 SANATAIDEPAJA, KESÄLAHTI
Kesälahden koulu/Poukkuluoso-talo
luokka 7, Pyhäjärventie 6 C
La 10.00–15.00
13.9.–15.11.2025, 10.1.–11.4.2026 18/24 t
Anneli Pulkka
Kurssimaksu: 43,00 €/43,00 €
Sanataide on luovaa kielellistä ilmaisua:
luovaa kirjoittamista, omia tekstejä, tari-
noita, runoja, kirjoja, huumoria, kauhua,
jännitystä, fantasiaa ja mielikuvitusta.
Pajassa siis kirjoitetaan, luetaan ja tutus-
tutaan sanoihin elinvoiman ja luovuuden
lähteenä. Pääset löytöretkelle omaan
elämäsi. Sanataidepaja on avoin kaikille.
Jos siis olet kiinnostunut kirjoittamisesta,
kirjoista, keskusteluista ja mukaansatem-
paavista tarinoista, tule harrastamaan
sanataidetta. Ryhmän aikataulu sovitaan
ensimmäisellä kokoontumiskerralla.

KÄDENTÄIDOT

**110430 POSLIININMAALAUUS,
KESÄLAHTI**
Sovintola, Pyhäjärventie 8
Ti 10.00–12.30
16.9.–25.11.2025, 13.1.–24.3.2026
30/30 t
Irja Juvonen
Kurssimaksu: 50,00 €/50,00 €
Kurssi sopii kaikille posliininmaalauk-
sesta kiinnostuneille. Kokeillaan erilaisia
maalaustekniikoita, maisema-, kukka- ja
muotokuva-aiheita, myös lasille maa-
laamista.

119830 VERHOILU
Purujärven maamiesseurantalo,
Leveäkiventie 1
To 16.00–19.30
11.9.–20.11.2025, 7.1.–19.3.2026 40/40 t
Sari Muhonen
Kurssimaksu: 68,00 €/68,00 €
Vanhojen kalusteiden pehmusteiden kor-
jausta sekä uudelleen verhoilua.

119831 KESÄLAHDEN KÄSITYÖRYHMÄ
Kesälahden koulu, musiikki- /käsityö-
luokka Pyhäjärvi-talo, Pyhäjärventie 6 C
Ma 17.00–20.00
22.9.–24.11.2025, 2.2.–30.3.2026
36/32 t
Merja Kupiainen
Kurssimaksu: 58,00 €/58,00 €
Vaateompelua sekä sisustustekstiilien
ompelua. Vaatteiden korjausompe-
lua. Kaavat muutetaan omille mitoille
sopiviksi. Tee itsellesi sopivat ja mielu-
isat vaatteet. Huovutusta ja peittokirjontaa.
Kurssihintaan sisältyy kaavapaperi ja
saumurilankojen perusvärit. Käytettävissä
ompelukoneet, saumurit ja peitetikkikone.

119832 PURUJÄRVEN KÄSITYÖPAJA
Purujärven maamiesseurantalo,
Leveäkiventie 1
Ke 16.00–18.30
10.9.–3.12.2025, 7.1.–1.4.2026 36/36 t
Nea Makkonen
Kurssimaksu: 60,00 €/60,00 €
Käsityöryhmä, jossa on mahdollisuus
toteuttaa töitä ommellen, neuloen, virka-
ten, askarrellen. Työt suunnitellaan osal-
listujien mielenkiinnon mukaan. Kurssi
soveltuu kaikille käsityöistä kiinnostuneil-
le - sekä aloittelijoille että pidempään
harrastaneille.

119833 NEULEVINKIT JA -TEKNIIKAT
Kesälahden koulu, musiikki- /käsityö-
luokka Pyhäjärvi-talo, Pyhäjärventie 6 C
La 10.00–14.00, Su 10.00–14.00
29.–30.11.2025 10 t
Nea Makkonen
Kurssimaksu: 25,00 €
Kurssilla tutustutaan erilaisiin neuletek-
niikoihin ja vinkkeihin. Käymme läpi eri-
laisia päättely- ja silmukan luomistapoja,
sekä muita neuletoihin liittyviä tekniikoita
ja vinkkejä. Kurssille on mahdollista tulla
myös, jos tarvitsee apua neuleohjeen
tulkinnessa tai työn aloittamisessa.

UUSI KURSSI!

119834 UURNAN VALMISTUS
Pyhäjärvi-talo E tekn.työ,
Pyhäjärventie 6 C
La 10.00–14.15
8.–22.11.2025 15 t
Teijo Jalkanen
Kurssimaksu: 35,00 €
Kurssilla voit valmistaa tilavuudeltaan
joko 0,75 litran tai 2,1 litran uurnan,
joihin opettajalla on valmiit piirustukset
ja sopivat materiaalit. Pienempi uurna
soveltuu pienen lemmikin tuhkille,
isompaan mahtuu isomman lemmikin
tai vainajan tuhkat. Opettajalle erikseen
maksu materiaaleista.

UUSI KURSSI!

**119836 JOULUISET KRANSSIT JA
ASETELMAT**
Hummon kylätalo, Ihalanraitti 4
La 10.00–15.00
8. ja 29.11.2025 12 t
Mirja Hirvonen
Kurssimaksu: 30,00 €
Tarvitset kurssille: omat leikkurit, veitset
ja halutessasi omia asetelma-astioita.
Etukäteen voi kerätä pajuja/ risuja pohjia
varten, käpyjä, sammalta tai jäkälää, ha-
vuja jne. Ensimmäisellä kerralla tehdään
jouluisia kransseja ja koristeita ja toisella
kerralla asetelmia.

UUSI KURSSI!

KIELET

**120231 RUOTSIN KIELEN
KESKUSTELURYHMÄ**
Puruvesi-talo P207 kiellet,
Pyhäjärventie 3
Ke 17.00–18.00
29.10.–19.11.2025 6 t
Jessica Kosonen
Kurssimaksu: 15,00 €
Harjoitellaan arjen kielitaitoa kes-
kustellen eri aiheista rennosti ilman
kieliopin paineita. Aiheina vapaa-aikaan
liittyviä kevyitä aiheita kuten erilaiset
harrastukset. Mukaan on hyvä ottaa
muistiinpanovälineet ja iloista mieltä.
Ryhmä sopii hieman alkeita osaavalle.
Ohjaaja puhuu ruotsia äidinkielenään ja
arkikielenään.

UUSI KURSSI!



120631 VENÄJÄN KIELTÄ JA KULTTUURIA - JATKOKURSSI
Puruvesi-talo P207 kielel, Pyhäjärventie 3
Ti 17.00–18.30
9.9.–2.12.2025, 13.1.–7.4.2026 24/24 t
Eija Muikku
Kurssimaksu: 45,00 €/45,00 €
Useamman vuoden venäjää opiskelleille, rauhalliseen tahtiin kertauksen avulla etenevä kurssi. Tervetuloa virkistämään kielitaitoasi!

DIGITAI DOT

340130 DIGILAITTEIDEN KÄYTTÖ
Kesälahden koulu atk-luokka
Pyhäjärvi-talo, Pyhäjärventie 6 C
Ke 17.00–18.30
24.9.–22.10.2025 10 t
Pentti Ojajärvi
Kurssimaksu: 25,00 €
Kurssi on suunnattu kaikille, jotka halua-vat oppia käyttämään älylaitteita, kuten kännyköitä ja tietokoneita. Edetään rauhallisessa tahdissa. Pehdytään oman laitteen peruskäyttöön ja asetuk-siin. Käydään läpi tietoturvaan liittyviä asioita, harjoitellaan sähköistä asiointia ja laitteen käyttöä päivittäisissä toimin-noissa. Osallistujilla on omat laitteet (tietokone, tabletti, puhelin) mukana.

UUSI KURSSI!

340131 DIGILAITTEIDEN KÄYTTÖ, HUMMOVAARA
Hummon kylätalo, lhalanraitti 4
Ke 17.00–18.30
5.11.–3.12.2025 10 t
Pentti Ojajärvi
Kurssimaksu: 25,00 €
Kurssi on suunnattu kaikille, jotka halua-vat oppia käyttämään älylaitteita, kuten kännyköitä ja tietokoneita. Edetään rauhallisessa tahdissa. Pehdytään oman laitteen peruskäyttöön ja asetuk-siin. Käydään läpi tietoturvaan liittyviä asioita, harjoitellaan sähköistä asiointia ja laitteen käyttöä päivittäisissä toimin-noissa. Osallistujilla on omat laitteet (tietokone, tabletti, puhelin) mukana.

UUSI KURSSI!

LUONNONTUOTTEET

719830 VILLIYRTTIKURSSI, KESÄLAHTI
Kokoontumispaikka avoin
Ke 17.00–19.15
20.–27.5.2026 6 t
Jessica Kosonen
Kurssimaksu: 15,00 €
Opi tunnistamaan ja poimimaan taval-lisimpia pihalta ja maastosta löytyviä kasveja ravinnoiksi. Luonnosta löytää ilmaiseksi monia hyviä ja ravinteikkaita villiyrttejä. Luonnossa liikkuminen ja kasvien kerääminen rauhoittaa mieltä ja liikuntakin tekee hyvää keholle. Kurssilla käydään läpi tietoa kasveista teoriassa, jokaisenoikeuksia, maastossa liikkumista ja käytännössä luonnossa kasvien tun-nistamista. Maastossaliikkumiskyky vält-tämätön. Pukeudu mukaviin jalkineisiin (saappaat tai varrelliset maastokengät) ja muutenkin maastoiluun sopivaan ja säänmukaisen vaatetukseen. Muutokset mahdollisia.

UUSI KURSSI!

719831 NOKKOSPÄIVÄ
Kokoontumispaikka avoin
La 10.00–14.15
6.9.2025 5 t
Jessica Kosonen
Kurssimaksu: 15,00 €
Polttavana aiheena on todella monikäyt-töinen ”rikkakasvi”. Nokkonen sisältää paljon hyödyllisiä ja hoitavia ravin-

UUSI KURSSI!

toaineita ja sitä voi käyttää ravinnon lisäksi ihon- ja hiustenhoitoon, rohtona ja käsitoissa. Päivän aikana käydään läpi teoriaa nokkosesta, tunnistaminen, näköislajit, kerääminen, käyttötavat ja säilöminen. Maastossa opitaan käy-tännössä tunnistamaan ja keräämään nokkosta. Valmistamme yhdessä kevyen lounaan nokkosta käyttäen ja nokkos-kuitujen hieman kuivuttua jokainen valmistaa naruja, esim. rannerenkaan. Maastossaliikkumiskyky välttämätön. Pukeudu mukaviin jalkineisiin (saappaat tai varrelliset maastokengät) ja muuten-kin maastoiluun sopivaan ja säänmukai-sen vaatetukseen. Lounaasta ja kahvista maksu erikseen opettajalle. Muutokset mahdollisia.

TANSSI

110530 PARITANSSIN ALKEISKURSSI
Kesälahden koulu/ liikuntasali
Puruvesi-talo, Pyhäjärventie 3
Ma 17.45–19.00
8.9.–24.11.2025, 12.1.–30.3.2026 18/19 t
Keijo Marjamaa
Kurssimaksu: 55,00 €/55,00 €
Sopii myös jonkin verran tanssia har-rastaneille. Omaa paria ei välttämättä tarvita. Parinvaihto. Syksyllä opetelta-vat tanssit: foksi, fuskus, valssi, hidas valssi, tango, cha cha, rumba ja lopuksi kertaukset. Keväällä opeteltavat tanssit: humppa, bugg, jenkka, sottiisi, salsa, samba, jive ja kertaukset.

110531 PARITANSSIN JATKOKURSSI
Kesälahden koulu/ liikuntasali
Puruvesi-talo, Pyhäjärventie 3
Ma 19.00–20.15
8.9.–24.11.2025, 12.1.–30.3.2026 18/19 t
Keijo Marjamaa
Kurssimaksu: 55,00 €/55,00 €
Sopii tanssin harrastajille, joilla on jo aiempaa kokemusta. Omaa paria ei välttämättä tarvita. Parinvaihto. Syksyllä opeteltavat tanssit: foksi, fuskus, valssi, hidas valssi, tango, cha cha, rumba ja lopuksi kertaukset. Keväällä opeteltavat tanssit: humppa, bugg, jenkka, sottiisi, salsa, samba, jive ja kertaukset.

LIIKUNTA

830133 LIIKUNTAPASSI KESÄLAHTI
Kurssimaksu 45,00 €
Liikuntapassi soveltuu monipuolisesta liikunnasta pitävälle tai esim. vuorotyössä oleville henkilöille. Kesälahden liikuntapassin käyttäjä voi osallistua kaikkiin Ke-sälahden liikuntaryhmiin ja Kiteellä kymmeneen eri liikuntalajiin, jotka ovat: Keppijumppa/päivä, Vesijumppa/päivä, Allasjumppa, Kahvakuula ja keppi-jumppa, Päiväjumppa, Sinkkutanssit, Tehojumppa, Hathajooga, Lempeää kehonhuoltoa tuolia käyttäen ja Pilates. Samaan liikuntalajiin voit osallistua enintään 5 kertaa, ja osallistumiskertoja on enintään 15. Passiin keräät osallis-tumismerkinnät käymistäsi ryhmistä. Liikuntapassi on voimassa koko luku-vuoden ajan. Passia paljon käyttävät voivat hankkia uuden passin kevääksi. Katso liikuntaryhmien kurssikuvaukset, ajankohdat ja paikat kurssiohjelmasta. Tarkista kurssin mahdolliset aikataulu-muutokset ennen liikuntatunnille tuloa opiston sähköisen kurssijärjestelmän kurssikohtaisesta kalenterista, joka avau-tuu klikkaamalla tapaamiskertamerkin-nän oikealla puolella olevaa alanuolta. Kurssimaksun lisäksi uimahallin sisään-pääsymaksu on maksettava erikseen.

UUTUUS!



HUOMI! Passi on henkilökohtainen ja se tulee noutaa ilmoittautumisen jälkeen kansalaisopiston toimistosta.

830130 60+ -JUMPPA
Kesälahden koulu/ liikuntasali Puruvesi-talo, Pyhäjärventie 3
Ke 16.15–17.15
10.9.–3.12.2025, 7.1.–1.4.2026 16/16 t
Hanneliina Kojo
Kurssimaksu: 39,00 €/39,00 €
Monipuolinen kuntojumppatunti yli 60-vuotiaille naisille ja miehille. Tunnilla keskitytään lihasvoimaa, tasapainoa ja koordinaatiota kehittäviin ja ylläpitäviin harjoituksiin, venyttelyä unohtamatta. Välineinä käytetään oman kehon lisäksi mm. keppejä ja kuminauhoja. Ryhmä soveltuu kaikenkuntoisille.

830131 TYÖIKÄISTEN KUNTOLIIKUNTA
Kesälahden koulu/ liikuntasali Puruvesi-talo, Pyhäjärventie 3
Ke 17.30–18.30
10.9.–3.12.2025, 7.1.–1.4.2026 16/16 t
Hanneliina Kojo
Kurssimaksu: 39,00 €/39,00 €
Tehokasta lihaskuntoon keskittyvää liikuntaa työikäisille. Käytetään oman kehon painoa sekä erilaisia välineitä, ku-ten keppejä, käsipainoja ja kuminauhoja. Tunneilla tehdään myös liikkuvuushar-joituksia ja venyttelyä. Sopii kaikenkun-toisille työikäisille.

830132 ÄIJÄJUMPPA KESÄLAHTI
Kesälahden koulu/ liikuntasali
Puruvesi-talo, Pyhäjärventie 3
Ke 18.35–19.35
10.9.–3.12.2025, 7.1.–1.4.2026 16/16 t
Hanneliina Kojo
Kurssimaksu: 39,00 €/39,00 €
Äijäjumppa on ainoastaan miehille tarkoitettu liikuntaryhmä, jossa keski-tytään lihaskuntoharjoituksiin, mutta tehdään myös tasapainoa ja liikkuvuutta ylläpitäviä ja kehittäviä liikkeitä. Käyte-tään oman kehon painoa sekä keppejä, käsipainoja ja kuminauhoja. Tunti sopii kaikenikäisille ja -kuntoisille äijille.

830137 TOIMINNALLINEN TREENI JA KEHONHUOLTO
Kesälahden koulu/ liikuntasali
Puruvesi-talo, Pyhäjärventie 3
Pe 18.00–19.15
19.9.–12.12.2025,
9.1.–27.3.2026 10/10 t
Sanna Berg
Kurssimaksu: 50,00 €
Tunnilla tehdään monipuolisesti koko kroppaa haastavia treenejä kahvakuulal-la, käsipainoilla ym. Tunti sisältää aina kehonhuolto-osion. Sopii sinulle, joka haluat haastaa itseäsi treeneissä! Keski-raskas/raskas tunti. Ryhmä kokoontuu joka toinen viikko.

UUSI KURSSI!

830138 JUMPPA MIX - MONIPUOLIS-TA JA TEHOKASTA JUMPPAA
Kesälahden koulu/ liikuntasali Puruvesi-talo, Pyhäjärventie 3
Pe 17.00–17.45
19.9.–12.12.2025, 9.1.–27.3.2026 6/6 t
Sanna Berg

Kurssimaksu: 30,00 €
Kurssilla tehdään tehokasta ja sykettä nostattavaa jumppaa (sisältää hyppyjä/ juoksua). Hiittä, tabataa, kiertoarjoit-telua, aerobicia ym. Treenit tehdään omia kehonpainoliikkeitä sekä välineitä käyttäen. Tunnin lopuksi aina venyttelyä/ kehonhuoltoa. Normaali/keskiraskas tunti. Mukaan sisäkengät ja oma alusta. Ryhmä kokoontuu joka toinen viikko.

JOOGA JA KEHONHUOLTO

830136 HENGITYSJUMPPA
Sovintola, Pyhäjärventie 8
Ti 16.00–16.45
9.9.–2.12.2025, 13.1.–7.4.2026 12/12 t
Tatjana Nokelainen
Kurssimaksu: 60,00 €
Hengitysjumppa sopii kaikille. Oikean-lainen hengitys auttaa unettomuuteen, korjaa levotonta mieltä ja keuhkotuu-letus tehostuu. Hengitysjumppa auttaa astmaatikkoja. Esim. urheilijat ja poliisit keskittyvät hengitystekniikoiden avulla.

830330 PRANAJAMAJOOGAA
Sovintola, Pyhäjärventie 8
Pe 16.30–18.00
12.9.–5.12.2025, 9.1.–10.4.2026 24/24 t
Tatjana Nokelainen
Kurssimaksu: 54,00 €/54,00 €
Pranajamajooga antaa elämänvoimaa. Parasta joogassa on rauhoittuminen ja myös hengittämiseen kiinnitetään paljon huomiota. Iän myötä venyttely on entistä tärkeämpää. Jooga rauhoittaa kehoa ja mieltä ja tasapainottaa elintoi-mintoja sekä parantaa kehontuntemusta. Ota mukaan joogamatto, 2 joogatiiltä, joogavyö.

830331 HATHAJOOGA KESÄLAHTI
Sovintola, Pyhäjärventie 8
Pe 18.15–19.45
12.9.–5.12.2025, 9.1.–10.4.2026 24/24 t
Tatjana Nokelainen
Kurssimaksu: 54,00 €/54,00 €
Hathajoogaa aloittelijoille ja jo aiemmin jooganneille. Hathajooga on kehonhar-joitusten joogaa johon kuuluvat asana-, rentoutus-, ja hengitysharjoitukset. Jooga tukee kehontuntemusta, mielen tasapainoa ja treenaa fyysisistä kehoa. Huomioi, että tunneilla ollaan paljon ranteiden ja polvien varassa.

830332 PILATES KESÄLAHTI
Kesälahden koulu/ liikuntasali
Puruvesi-talo, Pyhäjärventie 3
Ti 17.00–18.00
9.9.–2.12.2025, 13.1.–7.4.2026 16/16 t
Tatjana Nokelainen
Kurssimaksu: 39,00/39,00 €
Pilates kehittää kehonhallintaa, lihas-tasapainoa ja hengitystekniikkaa. Se parantaa liikkuvuutta, vahvistaa syviä lihaksia ja lisää kokonaisvaltaista hy-vinvointia. Pilates sopii kaikenikäisille ja -kuntoisille. Tarvitset mukaan joustavat vaatteet ja jumppamaton.





MUSIIKKI

110160 PIANONSOITTO

Räikkylän kunnantalo, Muha-luokka,
3.krs, 312, Kinnulantie 1
Ke 18.00–19.30
3.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026 24/24 t
Andjela Halonen
Kurssimaksu: 55,00 €/55,00 €
Kurssilla opetetaan pianonsoiton perusteita ja monipuolisia pianokappaleita. Ensimmäisellä kerralla sovitaan henkilökohtaiset soittoajat, oppilas saa opetusta n. 30 min./kokoontumiskerta.

110161 YKSINLAULU

Räikkylän kunnantalo, Muha-luokka,
3.krs, 312, Kinnulantie 1
To 18.00–19.30
4.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026 24/24 t
Andjela Halonen
Kurssimaksu: 55,00 €/55,00 €
Kurssilla opiskellaan hengitystekniikkaa ja äänenmuodostusta. Kurssi on tarkoitettu laulamista harrastaneille. Ensimmäisellä kerralla sovitaan henkilökohtaiset lauluajat, oppilas saa opetusta n. 30 min./kokoontumiskerta.

110162 PELIMANNIRYHMÄ

Räikkylä ent. Käspeli, Saviniementie 5
La 12.00–14.30
6.9.–15.11.2025, 10.1.–28.3.2026 18/18 t
Jukka Kyllönen
Kurssimaksu: 37,00 €/37,00 €
Soitetaan yhdessä kansanmusiikkia. Opiskelijoilla tulee olla oma soitin mukana. Kokoonnumiset joka toinen tai joka kolmas viikko. Ensimmäisellä kokoonnumiskerralla sovitaan osallistujien kesken muut kokoonnumispäivät ja -ajat.

110163 LAULURYHMÄ TVÄNG

Yläkoulu Auditorio, Paksuniementie 7
Su 12.00–14.15
21.9.–14.12.2025, 18.1.–12.4.2026 18/18 t
Marita Koskelo
Kurssimaksu: 37,00 €/37,00 €
Monipuolista laulettavaa kuorolle ryhmän mieltymysten mukaan.

TEATTERI

110260 RIÄKKYTEATTERI

Yläkoulu Auditorio, Paksuniementie 7
Ma 17.00–20.00
20.10.–8.12.2025, 5.1.–30.3.2026 32/48 t
Kurssimaksu: 56,00 €/84,00 €
Riäkkyteatteri aloittaa uuden näytelmän valmistamisen.

110263 TEHDÄÄN ESITYS!

Yläkoulu Auditorio, Paksuniementie 7
Ti 15.00–16.30
19.8.–9.12.2025,
13.–27.1.2026 32/6 t
Kirsi Koskelo
Kurssimaksu: 68,00 €

Tehdään talvinen esitys, jossa vahvasti mukana musiikki ja laulut. Sopii kaikenikäisille teatterin tekemisestä ja esiintymisestä kiinnostuneille. Aloitukset joulukuussa ja tammikuussa.



KERAMIikka

110363 KIPSIMUOTTEJA KERAMIKKATÖILLE

Auli Partion ateljee, Oravisalontie 1420
La 10.00–15.00
6.–13.9.2025 12 t
Auli Partio
Kurssimaksu: 30,00 €

UUSI KURSSI!

Tehdään yksiosaisia painelumuotteja sekä kaksiosaisia valumuotteja keramiikkatöitä varten. Opettajalta voi ostaa kipsit ja muottisaven.

110364 KERAMIikka KÄSIN RAKENTAMALLA

Auli Partion ateljee, Oravisalontie 1420
To 17.00–20.00
26.2.–23.4.2026 28 t
Auli Partio
Kurssimaksu: 70,00 €

Tule kokeilemaan keramiikan tekemistä perustekniikoilla. Muotoillaan pieniä astioita tai pienoisveistoksia. Kokeillaan myös muottitekniikoita. Sopii aloittaville ja kokeneemmille keramiikan tekijöille. Tunneilla tehtyjen esineiden poltto sisältyy kurssimaksuun. Ylimääräisistä töistä erillinen polttomaksu. Opettajalta voi ostaa savea ja lasitteita. Kokoonnumiskerrat: 26.2., 12., 19. ja 26.3., 9., 16. ja 23.4.

110366 RAKUKERAMIikka

Auli Partion ateljee, Oravisalontie 1420
La 10.00–14.15
11.4.–9.5.2026 10 t
Auli Partio
Kurssimaksu: 30,00 €
Kurssilla tutustutaan rakukeramiikan perusteisiin, mm. rakennettavan esineen vahvuus, koristelu ja lasitteiden käyttö

sekä polttomenetelmän erityispiirteet. Kokoonnumiskerrat: la 11.4. teoriaosuus ja töiden rakentaminen, lasituksen suunnittelu. La 9.5. raakapolttettujen töiden lasitus ja rakupolttu. Raakapolttu sisältyy kurssimaksuun, materiaaleista ja rakupoltosta erikseen maksu opettajalle. Lisätietoja opettajalta: 044 972 4663.

KÄDENTÄIDOT

110461 HOPEATYÖT RÄÄKKYLÄ, VIikonLOPPU, SYKSY

Yläkoulu Pajarakennus, Paksuniementie 7
La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00
25.10.–30.11.2025 24 t
Hopeaseppämestari Seppo Sankila
Kurssimaksu: 56,00 €
Hopean ja kuparimetallien käyttö korujen valmistuksessa. Hopean sulatus ja valssaus raaka-aineaihioksi. Korukivien istutusmenetelmät ja käyttö koruihin. Pieniin koruihin soveltuva emalointi. Hopeaketjujen punonta. Vanhojen korujen kunnostus ja ns. lusikkakorujen muokkaus. Kokoonnumiskerrat 25. -26.10. ja 29.- 30.11.2025.

UUSI KURSSI!

110462 LASINSULATUS

Auli Partion ateljee, Oravisalontie 1420
Pe 17.00–20.00
27.2.–24.4.2026 20 t
Auli Partio
Kurssimaksu: 50,00 €
Lasinsulatusta ja -taivutusta. Kurssi sopii vasta-alkajille tai jo pitkään harrastaneille lasin ystäville. Uunin käyttö sisältyy kurssimaksuun. Kokoonnumiskerrat 27.2., 20.3., 10., 17. ja 24.4.2026.

119860 PUUTYÖ RÄÄKKYLÄ

Yläkoulu Pajarakennus, Paksuniementie 7
La 8.00–14.00
13.9.–22.11.2025, 17.1.–28.3.2026 42/42 t
Veli Lähti
Kurssimaksu: 71,00 €/71,00 €

Puutoita sekä vasta-alkajille että jo kauan harrastaneille. Tehdään uutta ja kunnostetaan vanhaa. Pieniä ja isoja töitä, kunkin taitotason ja kiinnostuksen mukaan. Ryhmä kokoontuu joka toinen lauantai.

119861 KÄSITYÖPAJA

Rasihovi, Hammalahdentie 56
La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00
20.9.–2.11.2025, 14.2.–12.4.2026 36/36 t
Hannele Kinnunen
Kurssimaksu: 60,00 €/60,00 €
Monipuolinen käsityöryhmä, jossa voit kokeilla erilaisia tekniikoita oman kiinnostuksen mukaan; ommella, tehdä tilkkutöitä jne. Omat ompeluvälineet mukaan. Kokoonnumiset syyskuu: Rasihovi 20.-21.9., 11.-12.10. ja 1.-2.11.2025. Kevät: 14.-15.2., 14.-15.3. ja 11.-12.4.2026

119864 KÄSITYÖKURSSI, NIEMINEN

Niemisen urheilutalo, Hammalahdentie 1126
Ma 12.00–14.30
15.9.–15.12.2025, 12.1.–13.4.2026 33/36 t
Merja Harinen
Kurssimaksu: 58,00 €/58,00 €

Opetellaan uusia ja vanhoja käsityötekniikoita perinteitä käyttäen, ompelua ja kudontaa. Tehdään käyttöesineitä sisustukseen ja vaatetukseen. Kaikki on uniikkia, käsityönä tehtyä. Sisältö pitkälti kurssilaisten toiveiden mukaan.

119865 ORAVISALON TEKSTIILITAITURIT

Oravisalo, Koiton talo (entinen koulu), Oravisalontie 1290 a
Su 12.00–14.30
14.9.–14.12.2025, 11.1.–5.4.2026 36/36 t
Merja Harinen
Kurssimaksu: 60,00 €/60,00 €
Opetellaan uusia ja vanhoja käsityötekniikoita perinteitä käyttäen, ompelua ja kudontaa. Tehdään käyttöesineitä sisustukseen ja vaatetukseen. Kaikki on uniikkia, käsityönä tehtyä. Sisältö pitkälti kurssilaisten toiveiden mukaan.

119866 OMA OMPELUKONE/

SAUMURI TUTUKSI
Yläkoulu 204 Tekstiili, Paksuniementie 7
Pe 17.00–20.00, La 10.00–15.00

UUSI KURSSI!



3.–11.10.2025 20 t
Merja Harinen
Kurssimaksu: 45,00 €
Tällä kurssilla opit säätämään mm. paininjalan säädöt oikein ja saat hyödyllisiä ompeluniksejä eri kankaille. Opit valitsemaan oikean ompelulangan eri materiaaleille ja pääset testaamaan erilaisia kankaita käytännössä. Lisäksi kurssilla opetellaan vetoketjun ompelun tekniikkaa. Jos sinulla ei vielä ole omaa ompelukonetta tai saumuria, voit käyttää opettajan koneita. Tule mukaan ja kehitä taitojasi sekä luovuuttasi inspiroivassa ja kannustavassa ympäristössä!

119867 FARKKUJEN UUSI ELÄMÄ - IDEOITA FARKUISTA
Rasihovi, Hammasslahdentie 56
La 10.00–15.45, Su 10.00–15.45
29.–30.11.2025 14 t
Hannele Kinnunen
Kurssimaksu: 35,00 €

UUSI KURSSI!

Mikä onkaan parempi kierrätysmateriaali kuin kestävä ja helposti työstettävä farkku? Tarpeettomia farkkuja löytyy lähes jokaiselta. Tule ideoimaan farkuistasi laukkuja, vaatteita, tynyjä, mattoja jne. Kurssilla tutustumme erilaisiin tekniikoihin farkkuja hyödyntäen. Ota oma ompelukone mukaan.

119868 FIBER ART-TILKKUTYÖ
Rasihovi, Hammasslahdentie 56
La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00
7.–8.3.2026 12 t
Hannele Kinnunen
Kurssimaksu: 30,00 €

UUSI KURSSI!

Väreileikkii tilkkuilun keinoin. Tutustutaan Fiber art -tekniikkaan, jossa värit ja muodot saavat aikaan mukavia efektejä. Käytämme yhteen sointuvia kankaita; yksivärisiä tai kuviollisia. Tekniikkaa voi yhdistää laukkuihin, liinoihin, seinätekstiileiksi jne. Kurssilla valmistuvia materiaaleja on hyvä hyödyntää seuraavilla tilkkukurseilla. Ota mukaan ompelutarvikkeet ja erilaisia tilkkuja.

119869 ASETELMIA LEIKKOKUKISTA
Rasihovi, Hammasslahdentie 56
La 10.00–14.00
14.3.2026 5 t
Liisa Ratilainen

UUSI KURSSI!

Kurssimaksu: 15,00 €
Tarvitset kurssille: omat leikkurit, veitset ja halutessasi omia asetelma-astioita (kori tai keraaminen astia), sammalta tai jäkälää, havuja voi myös kerätä mukaan. Opettaja tuo kukat ym. tarvikkeita, joista erillinen maksu suoraan opettajalle.

KIRJOITTAMINEN

110662 HISTORIIKKIEN KIRJOITUSPIIRI
Pääkirjasto, lukutila, Kinnulantie 2
La 13.00–14.30
13.9.–13.12.2025, 31.1.–25.4.2026 10/10 t
Marjatta Karkkulainen
Kurssimaksu: 42,00 €

Kurssin tavoitteena on tallentaa kotipitäjän historiaan liittyvää toimintaa ja muistitietoa. Kirjoittamisen tuloksena voi olla yhdistyksen tai yrityksen historiikki tai omaan elämään tai sukuun liittyvä muistelmia. Tuloksena syntyvän tekstin pituutta ei määritellä; lyhytkin teksti voi olla mielenkiintoinen ja informatiivinen. Aluksi kurssilla käydään läpi historiikin kirjoittamisen lähtökohtia ja mahdollisten aineistojen ja haastattelujen käyttöä kirjoituksen tuottamisessa. Jokainen osallistuja laatii kirjoitukselleen etenemisrunon, joita käsitellään syksyn 2025 aikana. Keväällä 2026 tapaamiset koostuvat kirjoitusten esittelyistä ja saadun palautteen hyödyntämisestä tekstin muokkaamisessa. Kurssin aikana kartoitetaan myös kirjoitusten julkaisu-mahdollisuudet. HUOM! Kurssille voi osallistua myös etänä.

KIELET

120160 SUOMEN KIELEN PERUSTEITA KESKUSTELLEN
Pääkirjasto, lukutila, Kinnulantie 2
Ke 16.00–17.30
17.9.–10.12.2025, 7.1.–1.4.2026 24/24 t
Päivi Silventoinen
Kurssimaksu: 45,00 €/45,00 €

UUSI KURSSI!

Opiskelemme rauhalliseen tahtiin suomen kielen perusteita. Harjoittelemme arkikielen kielenkäyttötilanteita. Koulutus on tarkoitettu sinulle, joka et vielä osaa suomea, tai tarvitset vahvistusta suomen kielen taitoihin. Opiskelemme käyttämään kieltä entistä monipuolisemmin. Kurssilla myös keskustellaan suomen kielen kulttuurista ja perinteistä, Kirjana on Suomen Mestari 1.

120261 VI SKA SNACKA PÅ SVENSKAI!
Pääkirjasto, lukutila, Kinnulantie 2
Ti 17.00–18.00, joka toinen viikko 9.9.–18.11.2025, 13.1.–24.3.2026 8/8 t
Jutta Anttonen
Kurssimaksu: 35,00 €

UUSI KURSSI!

120360 ENGLANNIN KIELI SENIOREILLE, PÄIVÄKURSSI 2
Pääkirjasto, lukutila, Kinnulantie 2
Ma 14.00–15.30
8.9.–1.12.2025, 12.1.–13.4.2026 24/24 t
Vaida Laasonen
Kurssimaksu: 45,00 €/45,00 €
Opiskelemme rauhalliseen tahtiin englannin kielen perusteita. Harjoittelemme arkikielen kielenkäyttötilanteita. Opiskelemme käyttämään kieltä entistä monipuolisemmin. Kurssilla myös keskustellaan englantilaisesta kulttuurista ja perinteistä. Kirjana on Everyday English 2.

LUONNONTUOTTEET

719860 VILLIYRTTIKURSSI, RÄÄKKYLÄ
Rääkkylä ent. Käspeli, Saviniementie 5
La 10.00–12.15
6.6.2026 3 t
Päivi Lievonen
Kurssimaksu: 15,00 €
Villiyrtiltkurssilla opit tunnistamaan ja käyttämään lähiluonnon tarjoamia syötäviä kasveja. Kurssilla perehdyimme yleisiin villiyrteihin sekä niiden kasvuympäristöihin ja ominaisuuksiin. Käymme lyhyesti läpi jokaisen oikeudet ja kestävä keräämisen periaatteet. Villiyrtiltkurssi sopii kaikille luonnosta ja sen hyödyntämisestä kiinnostuneille, olipa vasta-alkaja tai kokeneempi villiyrtilharrastaja. Toteutus Rääkkylän Saviniemen luontopolun ympäristössä. Muutokset mahdollisia.

UUSI KURSSI!

LIIKUNTA JA KEHONHUOLTO

830165 LIIKUNTAPASSI RÄÄKKYLÄ
Kurssimaksu 45,00 €
Liikuntapassi soveltuu monipuolisesta liikunnasta pitävälle tai esim. vuorotyössä oleville henkilöille. Rääkkylän Liikuntapassin käyttäjä voi osallistua kaikkiin Rääkkylän liikuntaryhmiin ja Kiteellä kymmenen eri liikuntalajiin, jotka ovat: Keppijumppa/päivä, Vesijumppa/päivä, Allasjumppa, Kahvakuula ja keppijumppa, Päiväjumppa, Sinkkutanssit, Tehojumppa, Hatha jooga, Lempeää kehonhuoltoa tuolia käyttäen ja Pilates. Samaan liikuntalajiin voit osallistua enintään 5 kertaa, ja osallistumiskertoja on enintään 15. Passiin keräät osallistumismerkinnät käymistäsi ryhmistä.

UUTUUS!

Liikuntapassi on voimassa koko lukuvuoden ajan. Passia paljon käyttävät voivat hankkia uuden passin kevääksi. Katso liikuntaryhmien kurssikuvaukset, ajankohdat ja paikat kurssiohjelmasta. Tarkista kurssin mahdolliset aikataulumuutokset ennen liikuntatunnille tuloa opiston sähköisen kurssijärjestelmän kurssikohtaisesta kalenterista, joka avautuu klikkaamalla tapaamiskertamerkinnän oikealla puolella olevaa alanuolta. Kurssimaksun lisäksi uimahallin sisäänpääsymaksu on maksettava erikseen. HUOM! Passi on henkilökohmainen ja se tulee noutaa ilmoittautumisen jälkeen kansalaisopiston toimistosta.

830161 KAHVAKUULA- JA KUNTOJUMPPAA KAIKILLE ORAVISALO
Oravisalo, Koiton talo (entinen koulu), Oravisalontie 1290 a
To 18.00–19.00
18.9.–1.12.2025, 8.1.–2.4.2026 16/16 t
Jaana Räsänen
Kurssimaksu: 39,00 €/39,00 €
Lihaskuntoa ja kestävyyttä kehittävää tehokasta liikuntaa, joka sopii kaikentikäisille naisille ja miehille. Sopii hyvin myös aloittelijalle, liikkeiden tekniikat opetellaan perusteista alkaen. Tunti sisältää myös sykkeennosto-osioita ja loppuvenyttelyä. Oma kahvakuula ja jumppamatto mukaan.

830163 KEVYT KUNTOJUMPPA
Yläkoulu Liikuntasali
Ke 15.30–16.30
3.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026 16/16 t
Irina Hägrinen
Kurssimaksu: 39,00 €/39,00 €
Monipuolinen jumppa, jonka tavoitteena on liikunnan ilo sekä kunnon kohotus. Tunnilla käytetään erilaisia välineitä. Tunnit sisältävät aerobista, lihaskunto-, tasapaino- sekä venyttelyosuutta. Kurssi soveltuu ikääntyneille, tuki- ja liikuntaelinvaikeuksista kärsiville sekä kevyen liikunnan ystäville.

830164 KUNTOJUMPPA
Yläkoulu Liikuntasali
Ke 16.35–17.50
3.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026 20/20 t
Irina Hägrinen
Kurssimaksu: 50,00 €/50,00 €
Tavoitteena kunnon kohotus ja liikunnan ilo! Monipuolinen tunti sisältää sekä aerobista että lihaskuntoa ja lopussa pitkät venyttelyt. Tunnilla käytetään erilaisia välineitä, sopii miehille sekä naisille. Keskitaso.

830365 KEHONHUOLTOA ERI MENETELMIN
Yläkoulu Liikuntasali
Ke 17.55–18.40
3.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026 12/12 t
Irina Hägrinen
Kurssimaksu: 60,00 €
Tunti sisältää dynaamisia liikkuvuusharjoituksia, joissa käytetään fasciametodia, pilatesta ja asahia. Jokaisella tunnilla on eri menetelmä, ja kurssi aloitellaan pilateksella. Kehonhuolto parantaa notkeutta, rentouttaa ja rauhoittaa kehoa sekä pitää lihakset, jänteet ja nivelet terveinä.

830366 PILATES
Niemisen urheilutalo, Hammasslahdentie 1126
Ke 19.15–20.15
3.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026 16/16 t
Irina Hägrinen
Kurssimaksu: 39,00 €/39,00 €
Kehonhallintamenetelmä, jonka tavoitteena on kehittää optimaalisesti ryhtiä vahvistamalla keskivartaloa, opettamalla fysiologisesti oikeita liikeratoja ja syventämällä hengitystä. Pilates-harjoittelu kehittää voimaa, kestävyyttä, liikkuvuutta, kehonhallintaa ja kehotietoisuutta.

