



Studieprogram

KRISTINESTADS
MEDBOORGARINSTITUT
KRISTIINKAUPUNGIN
KANSALAISOPISTO

Opinto-ohjelma

Välkommen till

KRISTINESTADS MEDBORGARINSTITUT

Tervetuloa

KRISTIINANKAUPUNGIN KANSALAIISOPISTOON

och vårt 56:e läsår! Kristinestads medborgarinstitut grundades 1966. Institutet upprätthålls av staden Kristinestad och erhåller understöd av staten för verksamheten.

Höstens kurser börjar från och med måndag 13.9.2021.

ja meidän 56. opintokaudelle! Kristiinankaupungin kansalaisopisto perustettiin vuonna 1966. Opistoa ylläpitää Kristiinankaupunki, joka saa valtionapua toiminnastaan.

Syksyn kurssit alkavat maanantaina 13.9.2021.



ADRESS / OSOITE

Västra Långgatan 34 B, 64100 KRISTINESTAD

PB 13, 64101 KRISTINESTAD

Läntinen Pitkäkatu 34 B, 64100 KRISTIINANKAUPUNKI

PL 13, 64101 KRISTIINANKAUPUNKI

TELEFON / PUHELIN

ANETTE NORRGRANN, rektor / rehtori 040 7766530

ALEXANDRA TEIR, sekreterare / sihteeri 040 1544805

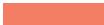
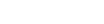
ANN-CHRISTINE LUNDELL, textillärare / tekstiliöopettaja 050 4645560

E-POST / SÄHKÖPOSTI

mi@krs.fi / fornamn.efternamn@krs.fi

ko@krs.fi / etunimi.sukunimi@krs.fi

Innehåll • Sisällys

INFORMATION OM KURSER OCH ANMÄLNING / TIETOÄ KURSSEISTA JA ILMOITTAUTUMISESTA	5
KURSUTBUD / KURSSITARJONTA	12
 FÖRELÄSNINGAR / LUENNOT	12
 MUSIK / MUUSIKKI	15
 KONST / TAIDE	19
 GRUNDLÄGGANDE KONSTUNDERVISNING / TAITEEN PERUSOPETUS	22
 HANTVERK / KÄSITYÖ	23
 DANS / TANSSI	36
 GYMNASTIK / LIIKUNTA	37
 VATTENGYMNASTIK / VESILIIKUNTA	45
 SPRÅK / KIELET	48
 LITTERATUR & SKRIVANDE / KIRJALLISUUS & KIRJOTTAMINEN	50
 HISTORIA	52
 SAMHÄLLSÄMNEN / YHTEISKUNNALLISET AIHEET	53
 PERSONLIG UTVECKLING / HENKILÖKOHTAINEN KEHITYS	54
 LEDARSKAP OCH KOMMUNIKATION / JOHTAJUUS JA VIESTINTÄ	55
 HÄLSA / TERVEYS	56
 BYGGNAÐSVÅRD / RAKENNUSSUOJELU	58
 SKOGSVÅRD / METSÄNHOITO	58
 DATATEKNIK / TIETOTEKNIKKA	59
 FÖRETAGSAMHET / YRITTÄJYYS	59
 INREDNING / SISUSTUS	60
 TRÄDGÅRDSSKÖTSEL / PUUTARHANHOITO	61
 MATLAGNING / RUOANLAITTO	62
 SJÖFART / VESILIIKENNE	63

Personal • Henkilökunta



Anette Norrgrann

Rektor / rehtori

.....
anette.norrgrann@krs.fi
040 7766 530 / (06) 2216 253



Alexandra Teir

Sekreterare / sihteeri

.....
alexandra.teir@krs.fi
040 1544 805 / (06) 2216 254



Ann-Christine Lundell

Textillärare / tekstiiliryöpettäjä

.....
ann-christine.lundell@krs.fi
050 4645 560

Institutets läsår 2021–2022

- Den egentliga kursverksamheten inleds den **13 september 2021**, vecka 37, om inget annat datum meddelas i programmet.
- Vårterminen inleds den **10 januari 2022**, vecka 2.
- Under höstlovet v. 42, d.v.s. 18–24.10.2021 samt under sportlovet vecka 9, 28.2–4.3.2022 sker ingen undervisning i stadens skollokaliteter.
- Alla kan delta i kursverksamheten oberoende av ålder!
- Notera att vissa kurser kan ordnas online, om situationen så kräver.

Förhandsanmälan

Alla kurser och föreläsningar kräver **förhandsanmälan**. Anmälningarna tas emot fr.o.m. **må 6.9.2021 kl. 8.00**.

- via nätet: <https://www.opistopalvelut.fi/kristinestad>
- via telefon **040 1544805** eller **040 7766530**. OBS! INGEN anmälning via e-post eller textmeddelande!
- De kurser som är märkta med H/V i kursnumret fortsätter under våren 2021. När man anmäler sig på hösten är man automatiskt anmäld också på våren till dessa kurser.
- En automatisk påminnelse om kursstart skickas per epost åt kursdeltagarna två dagar innan kursen börjar.

Avbokning av kurs

- Anmälning till en kurs är bindande.
- Om du inte kan delta i en kurs du anmält dig till, meddela detta till Mls kansli. Du måste göra det senast **tre vardagar före kursen börjar**.
- Om du inte anmäler till kansliet att du avbokar kursen, måste du ändå betala räkningen, även fast du inte deltagit i kursen.
- Om du inte fortsätter på våren på en kurs som räcker hela året (de som är märkta H/V i höstens broschyr), måste du anmäla detta till Mls kansli i god tid före kursen börjar på våren, annars faktureras kursen.
- Alla avbokningar måste göras till Mls kansli (inte till läraren!)
- Viktigt är att avboka kurser i god tid! Någon annan vill kanske ha din kursplats!

Opiston lukuvuosi 2021–2022

- Varsinainen kurssitoiminta alkaa **13.9.2021**, viikolla 37, ellei muuta päivämäärää ilmoiteta ohjelmassa.
- Kevätluukausi alkaa ma **10.1.2022**, viikolla 2.
- Syysloman aikana v. 42, ts. 18.–24.10.2021 sekä hiihtoloman aikana v. 9, 28.2.–4.3.2022 opistossa ei ole opetusta kaupungin koulutiloissa.
- Kaikki voivat osallistua kursseille iästä riippumatta!
- Huomaa kurssit, jotka voidaan järjestää verkossa tilanteen vaatiessa.

Ennakkointautuminen

- Kursseille ja luennoille on **ennakkointautuminen**. Ilmoittautumisten vastaanotto alkaa **ma 6.9.2021 klo 8.00**.
- netin kautta: **www.opistopalvelut.fi/kristinestad**
- puhelimitse: **040 1544805** tai **040 7766530**. El sähköpostitse EIKÄ tekstiviestillä!
- Kurssit, jotka alkavat syksyllä 2021 ja jatkuvat keväällä 2022 ovat merkity H/V syksyn 2021 opinto-ohjelmassa. Kun olet ilmoittautunut syksyllä, olet automaattisesti ilmoittautunut myös kevään kurssille.
- Kurssilaiset saavat automaattisen muistutuksen kurssista sähköpostitse kaksi päivää ennen kurssin alkua.

Peruutukset

- Ilmoittautumiset kursseille ovat sitovia.
- Jos et voi osallistua kurssille, ilmoita siitä kansliaan viimeistään **kolme arkipäivää ennen kurssin alkua**. Jos et ilmoita kansliaan, kurssimaksu laskutetaan, vaikka et osallistuisikaan kurssille.
- Jos et jatka kevätluukaudella koko lukuvuoden kestävällä kurssilla, tulee sinun ilmoittaa siitä kansliaan hyvissä ajoin ennen kevään kurssien alkamista.
- Kaikki peruutukset on tehtävä kansliaan (El opettajalle!).
- Erityisen tärkeää on, että peruutus tehdään ajoissa. Usein on joku jonotuslistalla!

Hur vi hanterar personuppgifter

När du anmäler dig till en kurs måste vi samla in följande uppgifter om dig:

- Förnamn och efternamn
- Personsignum
- Adress
- E-postadress
- Mobiltelefonnummer

Dina uppgifter behövs för att:

- Vi ska veta vem som ska delta i en kurs
- För att kunna skicka en räkning för kursavgiften
- För att kunna skicka ett direkt meddelande till dig om saker som gäller kursen

Följande uppgifter måste vi samla in för att skicka statistik till Utbildningsstyrelsen och Statistikcentralen. Enligt lagen måste medborgarinstitutet samla in uppgifterna:

- KÖN
- Modersmål
- Utbildningsnivå
- Huvudsakligt arbete eller sysselsättning

Det är endast medborgarinstitutets kanslipersonal som hanterar uppgifterna. Uppgifterna ges inte till någon annan.

Henkilötietojen käsittely

Kurssi-ilmoittautumisen yhteydessä keräämme seuraavat tiedot:

- Etu- ja sukunimi
- Henkilötunnus
- Osoite
- Sähköposti
- Matkapuhelinnumero

Tarvitsemme henkilötietoja:

- Jotta tiedämme ketkä osallistuvat kurssiin
- Kurssimaksujen laskuttamiseen
- Jotta voimme ilmoittaa kurssia koskevat asiat suoraan sinulle

Opetushallitus ja Tilastokeskus tarvitsevat seuraavat tiedot. Lain mukaan kansalaispiston on kerättävä nämä tiedot:

- Sukupuoli
- Äidinkieli
- Koulutustaso
- Pääasiallinen työ tai toiminta

Näitä tietoja käsittelee vain kansalaispiston kanslia-henkilökunta. Tietoja ei luovuteta ulkopuolisille.

Viktig information

TERMINS-/KURSAVGIFTER

Kursavgifterna faktureras från kansliet. Avgifterna omnämns skilt för varje kurs i studieprogrammet.

STUDIEINTYG

Om du vill ha intyg över deltagande i en kurs bör du kontakta medborgarinstitutets kansli innan läsåret är slut.

FÖRSÄKRINGAR

Eleverna är inte försäkrade från institutets sida. Eleverna i "farliga" kurser t.ex. trä- och metallslöjd, bör notera detta! Elever under 16 år är försäkrade.

INFORMATION OM VERKSAMHETEN

- Annonser och notiser i lokaltidningar
- Facebooksida: Kristinestads MI - Kristiinankaupungin KO
- Instagram: krs_miko
- www.kristinestad.fi/medborgarinstitut

KURSFÖRSLAG

Förslag till nya kurser kan meddelas per e-post, mi@krs.fi eller per telefon till medborgarinstitutets kansli.

ANMÄL TILL KANSLIET OM RABATTER!

OBS! För att få rabatt på kurserna måste du GENAST VID ANMÄLAN meddela till medborgarinstitutets kansli att du är berättigad till rabatt (till exempel stadens anställd, studiesadel). Efter att kursfakturan skickats ut får inga rabatter längre (inga krediteringar).

Tärkeää tietoa

LUKUKAUSI-/KURSSIMAKSUT

Kurssimaksut laskutetaan kansliasta. Maksut mainitaan erikseen jokaisen kurssin kohdalla opinto-ohjelmassa.

OPINTOTODISTUS

Mikäli haluat opintotodistuksen suoritetusta kurssista, ole yhteydessä kansalaisopiston kansliaan. Tämä on ilmoitettava kansalaisopiston kanslialle ennen lukuvuoden loppua.

VAKUUTUKSET

Oppilaat eivät ole opiston puolesta tapaturmavakuutettuja, joten ns. "vaarallisten" kurssien, esim. puu- ja metallityöopilaiden tulee huomioida tämä! Alle 16-vuotiaat oppilaat ovat vakuutettuja.

TIETOA TOIMINNASTA

- Paikallislehtien ilmoitukset
- Facebook-sivulla: Kristinestads MI - Kristiinankaupungin KO
- Instagram: krs_miko
- www.kristinestad.fi/kansalaisopisto

KURSSIEHDOTUKSET

Kurssiehdotukset voi ilmoittaa sähköpostitse ko@krs.fi tai puhelimitse kansalaisopiston kansliaan.

ILMOITA ALENNUKSISTA KANSLIAAN!

HUOM! Saadaksesi alennuksen kursseista, sinun on HETI REKISTERÖINNIN YHTEYDESSÄ ilmoitettava kansalaisopiston kanslialle, että sinulla on oikeus alennukseen (esim. kauungin työntekijä, opintoseteli). Kurssilaskun lähetämisien jälkeen alennuksia ei voi enää saada (ei hyvityksiä).

Terminskort för gymnastikkurser / Liikuntakurssien lukukausikortti

För deltagande i gymnastikkurser (kursnr som börjar med 8301) kan ett terminskort köpas från kansliet för 45 € (kontant betalning) som berättigar till att delta i alla gymnastikkurser.

Liikuntakursseihin (8301 alkavat kurssit) osallistumista varten on mahdollista ostaa kansliasta 45 €:n lukukausikortti (käteismaksu), joka oikeuttaa osallistumaan kaikkiin liikuntakursseihin.

Grundläggande konstundervisning / Taiteen perusopetus

- Bildkonst 65 €/termin, materialavgiften ingår (40 lektioner/termin)
- Hantverk 65 €/termin, materialavgiften ingår (40 lektioner/termin)
- Teaterkonst 35 €/termin + ev. materialkostnader. 3(0 lektioner/termin)

För den grundläggande konstundervisningen gäller syskonrabatt för andra barnet 10 €/termin.

- Kuvataide 65 €/lukukausi, sis. opetusmateriaalimaksun (40 opetustuntia/lukukausi)
- Käsityö 65 €/lukukausi, sis. opetusmateriaalimaksun (40 opetustuntia/lukukausi)
- Teatteritaide 35 €/lukukausi + mahd. materiaalimaksu (30 opetustuntia/lukukausi)

Taiteen perusopetuksessa on sisaralennus 10 € toisesta lapesta/lukukausi.

Abiturienter och gymnasieelever / Abiturientit ja lukiolaiset

MI erbjuder kurser för abiturienter och gymnasieelever.

- Kurserna kan godkännas som tillvalsämnen, t.ex. språk, datakurser, musik, konst.
- Ta kontakt med din rektor för mer information.

Kansalaisopisto tarjoaa kursseja abiturienteille ja lukiolaisille.

- Kurssit voidaan hyväksyä valinnaisaineina, esim. kielet, ATK-kurssit, musiikki, taide.
- Ota yhteyttä oman koulusi rehtoriin saadaksesi tarkempia tietoja.

Studiesedel, läsåret 2021–2022

Utbildningsstyrelsen har beviljat Kristinestads medborgarinstitut studiesedlar för läsåret 2021–2022.

- Projektet riktar sig till invandrare, arbetsökande och pensionärer. De som hör till någon av grupperna har möjlighet att delta avgiftsfritt i en del av institutets kurser.
- Studiesedlarna delas ut så långt medlen räcker.
- Invandrare (personer som bott högst 3 år i Finland) får avgiftsfritt delta i en kurs (finska, svenska eller en kurs i data) per termin.
- Asylsökande kan inte få studiesedel.
- Arbetslösa arbetsökande får delta avgiftsfritt i en kurs eller föreläsning per termin.
- Pensionärer får delta avgiftsfritt i en kurs inom data eller språk per termin.
- **OBS!** Om avgiften för en kurs överskrider 40 €, betalar deltagaren själv den resterande summan. Studiesedeln gäller enbart för kurser med kursnummer.
- Inga speciella studiesedlar delas ut.
- Då du anmäler dig till eller påbörjar en kurs/föreläsning ska du uppge att du hör till någon av de berörda grupperna.

Kontakta institutets kansli för mer information, per telefon **040 1544805** eller e-post **mi@krs.fi**.

Opintoseteli, lukuvuosi 2021–2022

Opetushallitus on myöntänyt Kristiinankaupungin kansalaисopistolle opintosetelit lukuvuodeksi 2021-2022.

- Hanke on suunnattu maahanmuuttajille, työnhakijoille ja eläkeläisille. Näihin ryhmiin kuuluvat henkilöt voivat osallistua maksutta osaan kansalaisopiston kursseihin.
- Opintoseteleitä jaetaan niin kauan kuin määrärahat riittävät.
- Maahanmuuttajat (henkilöt, jotka ovat asuneet Suomessa korkeintaan 3 vuotta) voivat osallistua maksutta yhteen kurssiin (suomenkieli, ruotsinkielii tai atk-kurssi) lukukaudessa.
- Turvapaikanhakijat eivät ole oikeutettuja opintoseteliin.
- Työttömät työnhakijat voivat osallistua maksutta yhteen kurssiin tai luentoon lukukaudessa.
- Eläkeläiset voivat osallistua maksutta yhteen kurssiin (kieli- tai atk-kurssi) lukukaudessa.
- **HUOM!** Osanottaja maksaa ylimeneväni osan mikäli kurssimaksu ylittää 40 €. Opintoseteli koskee ainoastaan numeroituja kursseja.
- Varsinaisia opintoseteleitä ei jaeta.
- Ilmoittautuessasi tai osallistuessasi kurssiin/luentoon ilmoita, että kuulut johonkin mainittuihin ryhmiin.

Jos haluat lisätietoja, ota yhteyttä opiston kansliaan, puhelinse **040 1544805** tai sähköposti **ko@krs.fi**.

Welcome to

KRISTIINANKAUPUNGIN KANSALAIISOPISTO

Kristiinankaupungin kansalaisopisto is an adult education centre that was founded in 1966. Lifelong learning is the leading concept for the adult education centre.

- Anyone can attend the courses, irrespective of their age, profession or educational background.
- The adult education centre promote cultural and educational equality by offering anyone opportunities for learning a new hobby, citizenship skills, participating in meaningful leisure time activities and developing their personality in communion with others.

For further information please contact the office, phone: **+358 40 7766530**, e-mail: **mi@krs.fi** or visit **www.kristinestad.fi**

ALKUVAIHE

Finnish language education for immigrants and those asylumseekers that want a more intense learning of Finnish. Alkuvaihe has education five days per week, five lessons per day.

If you are interested, please contact the principal Anette Norrgrann, **040 7766530**.

EDUCATION PROJECT FOR IMMIGRANTS

The education project organizes courses for immigrants.

We can arrange for example language courses, hygiene proficiency course with test, courses about society and working life, sports and cultural activities. The program is intended mainly for young immigrants between the ages of 16 to 29 years, but also older participants are welcome! The project is funded by Opetushallitus/Utbildningsstyrelsen.

Look for information about courses and registration at **www.kristiinankaupunki.fi** » Vapaa-aika » Maahanmuuttajien koulutushanke.

You can also contact project coordinator Antonia Ingves for further information, **050 5766350**, **antonia.ingves@krs.fi** or youth officer Jessica Bårdnes, **040 5085240**, **jessica.bardsnes@krs.fi**.

Kurser • Kurssit

2021–2022

Föreläsningar / Luennot

**HÄRSKARTEKNIKER – HUR IDENTIFERA DEM OCH VILKA ÄR MOTSTRATEGIerna? /
HALLINTATEKNIIKAT – MITEN NE VOI TUNNISTAA JA MITKÄ OVAT VASTASTRATEGIAT?**

009801

Kulturhuset DUX
Sjögatan 21

ANN-SOFI BACKGREN

18.30–20.00
23.9.2021

Kursavgift 10,00 €

Kulttuuritalo DUX
Merikatu 21

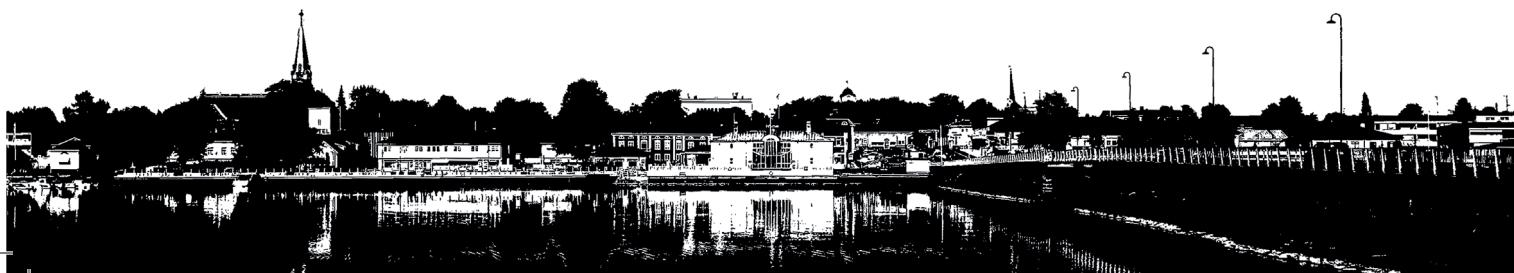
ANN-SOFI BACKGREN

18.30–20.00
23.9.2021

Kurssimaksu 10,00 €

Känner du dig ibland förminska i samtal med andra män? Eller har du en olustig känsla av att något inte stämmer, men som du inte riktigt kan sätta fingret på? Då kan det hända att du blivit utsatt för härskartekniker. Under kursen går vi i genom de vanligaste härskarteknikerna, och funderar på vilka motstrategierna är.

Kursledare är Ann-Sofi Backgren, ordförande för Österbottens förbunds jämställdhetsgrupp. Hon har även varit aktiv inom en kvinnoorganisation och projektledare i europeiska projekt som berört jämställdhet. Om situationen så kräver kan föreläsningen hållas online. Anmälning senast 15.9.2021. Opetuskieli ruotsi.



KÄRLEK OCH GRÄNSER / RAJOJA JA RAKKAUTTA – SUPERNANNY PIA PENTTALA

009802

Kulturhuset DUX
Sjögatan 21

PIA PENTTALA

18.00–19.30
19.10.2021

Kursavgift 22,00 €

Kulttuuritalo DUX
Merikatu 21

PIA PENTTALA

18.00–19.30
19.10.2021

Kurssimaksu 22,00 €

Pia Penttala on tunnettu tv-sarjasta Supernanny Suomi, missä hän auttaa perheitä arjen haasteissa antamalla tukea ja ohjeita parempiin rutiiineihin sekä perheen sisäisiin kiistoihin. Tervetuloa kiinnostavalle luennolle! Ilmoittautuminen päättyy 5.10.2021. Undervisningsspråk finska.



JARI SINKKONEN

009803

Kristinestads gymnasium, auditoriet
Ulrika Eleonoravägen 3

JARI SINKKONEN

18.00–19.30
1.12.2021

Kursavgift 20,00 €

Kristinestads gymnasium, auditorio
Ulrika Eleonorantie 3

JARI SINKKONEN

18.00–19.30
1.12.2021

Kurssimaksu 20,00 €

Jari Sinkkonen on lastenpsykiatran erikoislääkäri, lääketieteen tohtori ja Pelastakaa Lapset ry:n entinen ylilääkäri. Jari on arvostettu lasten ja nuorten psykkisen kehityksen ja mielenterveyden huippuasantuntija sekä loistava luennoitsija. Ilmoittautuminen päättyy 22.11.2021. Undervisningsspråk finska.

JOBBA MINDRE, LEV MER / TEE VÄHEMMÄN TÖITÄ, ELÄ ENEMMÄN

009804

Kulturhuset DUX
Sjögatan 21

MARIA ÖSTERÅKER

18.30–20.00
28.10.2021

Kursavgift 20,00 €

Kulttuuritalo DUX
Merikatu 21

MARIA ÖSTERÅKER

18.30–20.00
28.10.2021

Kurssimaksu 20,00 €

Känner du att livet går för fort? Att det är något i dig som skaver? Kanske tycker du att ditt arbete tar för stor plats i ditt liv och i din vardag, samtidigt som ditt jobb påverkar din hälsa negativt. I mer än tio år har Maria Österåker strävat efter att jobba mindre och leva mer. Kom och lyssna på när hon personligt berättar om vad som händer när jobbet saktar ner. Maria har tvingats omvärdera sin syn på pengar, framgång, mening och identitet. På samma gång har hon allt starkare börjat känna att livet bär. Österåker är i år aktuell med boken Jobba mindre, lev mer. Hennes föreläsningar får oss att ta en titt in i oss själva och börja fundera på vad vi egentligen vill. Om situationen så kräver kan kursen ordnas online. Anmälning senast 10.10.2021.

Opetuskieli ruotsi. Tilanteen vaatiessa kurssi voidaan järjestää online-kurssina.

PRATA PENGAR / PUHUTAAN RAHASTA

Kulturhuset DUX
Sjögatan 21

MARIA ÖSTERÅKER

to 18.30–20.00
18.11.2021

Kursavgift 20,00 €

Kulttuuritalo DUX
Merikatu 21

MARIA ÖSTERÅKER

to 18.30–20.00
18.11.2021

Kurssimaksu 20,00 €

Maria Österåker är en omtyckt föreläsare med många års erfarenhet. Hon är utbildad inom ekonomi och har även ekonomiskt uppföstrat tre tonåringar. Maria har jobbat som ekonomilärare på högstadiet och har lyssnat till hur många ungdomar idag tänker kring pengar och konsumtion, samtidigt som hon sett hur det ekonomiska tänkandet rör sig ute i samhället. Under föreläsningen delar hon med sig av sina tankar kring ungas ekonomi och vilka frågor som borde ingå i en normal ekonomisk uppföstran. Hon ger dig även många praktiska tips om hur du pratar pengar med ditt barn och din tonåring. Samtidigt kan vi lova att du får ett och annat tips för din egna ekonomi. Om situationen så kräver kan föreläsningen hållas online. Anmälning senast 1.11.2021.

Opetuskieli ruotsi. Tilanteen vaatiessa kurssi voidaan järjestää online-kurssina.

Musik / Musiikki

LAPPFJÄRDS DAMKÖR / LAPVÄÄRTIN NAISKUORO

110103H / 110103V

Kantilena
Kyrktået 54

Hallå alla sånglada damer, välkomna med i vår muntra kör! Opetuskieli ruotsi.

ANNICA NYBERG

ons 19.00-21.00

15.9.-1.12.2021

Terminsavgift 33,00 €

12.1.-30.3.2022

Kantilena
Kirkkokuja 54

ke 19.00-21.00

ANNICA NYBERG

15.9.-1.12.2021

Lukukausimaksu 33,00 €

12.1.-30.3.2022

KRISTINESTADS DAMKÖR / KRISTIINANKAUPUNGIN NAISKUORO

110104H / 110104V

Hemslöjdsgården
Strandgatan 18

Damkörsång i fyra stämmor med omväxlande repertoar – både traditionell och pop. Opetuskieli ruotsi.

ANDERS TEIR

ti 18.30-20.00

14.9.-30.11.2021

Terminsavgift 33,00 €

11.1.-29.3.2022

Hemslöjdsgården
Rantakatu 18

ANDERS TEIR

ti 18.30-20.00

14.9.-30.11.2021

Lukukausimaksu 33,00 €

11.1.-29.3.2022

INDIVIDUELL INSTRUMENTUNDERVISNING 20 min./vecka
SOITTIMEN YKSITYISOPETUS 20 min/vk

110101H / 110101V

Kristinestads gymnasium, musikrum
Ulrika Eleonoravägen 3

TOMAS KARLSSON **ti 15.00–20.00**
Terminsavgift 45,00 € **14.9.–7.12.2021**
 11.1.–6.4.2022

Kristinestads gymnasium, musiikkihuone
Ulrika Eleonorantie 3

TOMAS KARLSSON **ti 15.00–20.00**
Lukukausimaksu 45,00 € **14.9.–7.12.2021**
 11.1.–6.4.2022

Spelar du eller vill du börja spela gitarr, piano, elbas, ukulele eller trummor? Inga förkunskaper är nödvändiga, men du måste ha eget instrument så du kan öva hemma. 20 min. lektion/person/vecka. Tidsbokning direkt till Tomas 050 5586942. Om situationen så kräver kan kursen ordnas online.

Soitatko tai haluatko aloittaa kitaran, pianon, sähköbasson, ukulelen tai rumpujen soiton? Aikaisempi osaaminen ei välttämätöntä mutta sinulla täytyy olla oma soitin, jotta voit harjoitella kotona. Oppitunnin pituus 20 minuuttia/henkilö/viikko. Soittoaikevaraukset tehtävä suoraan Tomakselle 050 5586942. Tilanteen vaatiessa kurssi voidaan järjestää online-kurssina.

INDIVIDUELL INSTRUMENTUNDERVISNING 30 min./vecka
SOITTIMEN YKSITYISOPETUS 30 min/vk

110102H / 110102V

Kristinestads gymnasium, musikrum
Ulrika Eleonoravägen 3

TOMAS KARLSSON **ti 15.00–20.00**
Terminsavgift 75,00 € **14.9.–7.12.2021**
 11.1.–6.4.2022

Kristinestads gymnasium, musiikkihuone
Ulrika Eleonorantie 3

TOMAS KARLSSON **ti 15.00–20.00**
Lukukausimaksu 75,00 € **14.9.–7.12.2021**
 11.1.–6.4.2022

Spelar du eller vill du börja spela gitarr, piano, elbas, ukulele eller trummor? Inga förkunskaper är nödvändiga, men du måste ha eget instrument så du kan öva hemma. Observera att 30 min. kan vara lite för lång lektion för en som är helt nybörjare eller för barn. Tidsbokning direkt till Tomas 050 5586942. Om situationen så kräver kan kursen ordnas online.

Soitatko tai haluatko aloittaa kitaran, pianon, sähköbasson, ukulelen tai rumpujen soiton? Aikaisempi osaaminen ei välttämätöntä, muttasinullata täytyy olla omasoitin, jotta voin harjoitella kotona. Huomattaa, että 30 minuutin oppitunti voi tuntua liian pitkältä aloitteilijoille ja lapsille. Soittoaikevaraukset tehtävä suoraan Tomakselle 050 5586942. Tilanteen vaatiessa kurssi voidaan järjestää etänä.

SÅNGLEKTIONER I COMPLETE VOCAL TECHNIQUE / COMPLETE VOCAL TECHNIQUE –LAULUTUNTEJA

110107

Kursgården Kristina, rum 4
Västra Långgatan 34 A

må 18.00–19.30
må 16.00–20.30

MARKUS LYTTS

Terminsavgift 75,00 €

27.9.–29.11.2021

Kurssitalo Kristiina, huone 4
Västra Långgatan 34 A

ma 18.00–19.30
ma 16.00–20.30

MARKUS LYTTS

Lukukausimaksu 75,00 €

27.9.–29.11.2021



Lär dig behärska, och utveckla din sång och talteknik med hjälp av populära Complete Vocal Technique. Markus Lytts är utbildad sångpedagog vid Complete Vocal Institute i Köpenhamn. Utöver detta har han studerat på musikallinjen vid Balettakademien Göteborg samt Musikteaterskolan i Bjärnum. Markus Lytts är välkänd för sin medverkan i Wasa Teaters uppsättningar, The Voice of Finland, sina konserter och sina bidrag på Vegatoppen.

Kurstillfällen:

27.9 kl. 18.00–19.30: Gemensam introduktion för alla kursdeltagare

Måndagar 4.10–29.11 16.00–18.00, 18.30–20.30: 30 minuter sånglektion/person/vecka (8 gånger). Efter kursanmälan bokar kursdeltagaren tid för lektionen per telefon till MI:s kansli 0401544805. Anmälning senast 16.9.2021.

Opi hallitsemaan ja kehittämään laulu- ja puhetekniikkaasi suosituun Complete Vocal Technique -menetelmän avulla. Markus Lytts on suorittanut laulupedagogin koulutuksen Complete Vocal Institute -oppilaitoksessa Kööpenhaminassa. Lisäksi hän on opiskelut Göteborgin Balettakademissa musikaalilinjalla sekä Bjärnumin Musiikkiteatterikoulussa. Markus Lytts on tunnettu tekemistään rooleista Wasa Teaterin tuotannossa, The Voice of Finlandista, konserteistaan ja kappaleistaan Vegatoppen-listalla.

Kurssikerrat:

27.9. klo 18.00–19.30: Yhteinen johdanto kaikille kurssilaisille

Maanantaisin 4.10.–29.11. klo 16.00–18.00, 18.30–20.30: 30 minuuttin laulutunti/henkilö/viikko (8 kertaa). Kurssi-ilmoittautumisen jälkeen kurssilaiset varaaat laulutunnit puhelimitse KO:n kansliasta 0401544805. Opetuskieli ruotsi. Ilmoittautuminen päättyy 16.9.2021.

BOPCATZ

110105H / 110105V

Kristinestads gymnasium, musikrum
Ulrika Eleonoravägen 3

ROGER BERGQVIST

to 18.30–20.00

16.9.–9.12.2021

13.1.–7.4.2022

Terminsavgift 40,00 €
.....

Kristinestads gymnasium, musiikkihuone
Ulrika Eleonorantie 3

ROGER BERGQVIST

to 18.30–20.00

16.9.–9.12.2021

13.1.–7.4.2022

Lukukausimaksu 40,00 €

Ta fram dina gamla instrument ur garderoben och kom med och spela eller sjung i ett glatt gäng. Vi spelar musik från olika årtionden och enligt deltagarnas önskemål. Nya deltagare är välkomna och speciellt du som spelar blåsinstrument!

Ota vanhat soittimesi kaapista ja tule mukaan soittamaan tai laulamaan iloiseen porukkaan. Soitamme musiikkia eri vuosikymmeniltä ja osallistujien toivomuksien mukaan. Uudet kurssilaiset ovat tervetulleita ja erityisesti puhallinsoiton harrastajat!

NYBÖRJARKURS I Fiol MED FOLKMUSIKINRIKTNING (8 GGR) / KANSANMUSIKKIPAINOTTEINEN VIULUNSOITON ALKEISKURSSI (8 KERTAA)

110106

Kursgården Kristina, rum 4
Västra Långgatan 34 A

KENNETH NORDMAN

ti 15.00–17.15

14.9.–9.11.2021

Kursavgift 27,00 €
.....

Kurssitalo Kristiina, huone 4
Läntinen Pitkäkatu 34 A

KENNETH NORDMAN

ti 15.00–17.15

14.9.–9.11.2021

Kurssimaksu 27,00 €

Nybörjarkurs i fiolspel i små grupper 45-60 min/grupp beroende på antal deltagare, ingen tidigare erfarenhet behövs. Kursen kommer att ha inriktning mot folkmusikrepertoar.

Viulunsoiton alkeiskurssi pienryhmäopetuksena 45-60 min/ryhmä osallistujamäärästä riippuen. Aikaisempaa kokemusta ei tarvita. Kurssin painopisteena on kansanmusiikki. Opetuskieli ruotsi.

Konst / Taide

KONSTKURS / TAIDEKURSSI – VILLE HAUTALUOMA

110301

Spectra Skolgatan 10	lö 11.00–18.00 sö 10.00–16.00
VILLE HAUTALUOMA	18–19.9.2021
Kursavgift 27,00 €	
.....	
Spectra Koulukatu 10	la 11.00–18.00 su 10.00–16.00
VILLE HAUTALUOMA	18–19.9.2021
Kurssimaksu 27,00 €	

Porträtmålning på människor eller djur och stillebenmålning. Tekniker med oljefärg och akrylfärg. Om situationen så kräver, kan kursen ordnas online. Undervisningsspråk finska.

Muotokuvan maalaus ihmisenstä tai eläimestä ja asetelmamaalaus. Öljyväri- ja akryyliväriteknikoin. Tilanteen vaatiessa kurssi voidaan järjestää etänä.

KONSTKURS / TAIDEKURSSI

110303H / 110303V

Natalia's ART Studio / Corner Östra Långgatan 53	ti 17.00–20.00 14.9.–30.11.2021 11.1.–29.3.2022
NATALIA KALEVA	
Terminsavgift 45,00 €	
.....	
Natalia's ART Studio / Corner Itäinen pitkäkatu 53	ti 17.00–20.00 14.9.–30.11.2021 11.1.–29.3.2022
NATALIA KALEVA	
Lukukausimaksu 45,00 €	

Välkommen med att måla och lära dig nya målningstekniker. På kursen använder vi olje- och akrylfärger. Du får jobba med både dina egna arbeten och teman som läraren föreslår, bl.a. blommor, havet och stilleben i gamla mästares stil/teknik. Som bonus får du bra av konst! Undervisningsspråk finska.

Tervetuloa maalaamaan ja oppimaan uusia maalaustekniikoita. Kurssilla käytetään öljy- ja akryylivärejä. Maalaat sekä omia töitä että oppetajan ehdotettuja aiheita, mm. kukkan, merta ja asetelmia vanhojen mestareiden tyyllillä/teknikalla. Bonuksena saat hyvinvointia taiteesta!

HITTA DIN INRE KONSTNÄR / LÖYDÄ SISÄINEN TAITEILIJА

SKETCHKURS FÖR NYBÖRJARE / SKETSIKURSSI ALOITTELIJOILLE

110302

Natalia's ART Studio / Corner
Östra Långgatan 53

lö 10.00–16.00

NATALIA KALEVA

sö 10.00–16.00

Kursavgift 22,00 €

9–10.10.2021

Natalia's ART Studio / Corner
Itäinen pitkäkatu 53

la 10.00–16.00

NATALIA KALEVA

su 10.00–16.00

Kurssimaksu 22,00 €

9–10.10.2021



En veckas sketchkurs för nybörjare. I sketchmålning kan man använda olika material som du säkert har hemma, t.ex. träfärgpennor, vatten- och akvarellfärgar, tusch, akrylfärg, svarta och färgade gelpennor samt pastellkritor. Med Natalia som handledare kan du måla stadslandskap, blommor, stilleben och landskap. På kursen kan du för 25 euro köpa allt material som behövs. Anmälning senast 1.10.2021. Undervisningsspråk finska.

Yhden viikonlopuun helppo sketsikurssi aloittelijoille. Sketsimaalaamisessa voidaan käyttää erilaisia tarvikkeita, jotka varmasti on kodissasi mm. puuvärikyniä, vesi-/akvarellivärejä, tusseja, akryylibräitä, mustia ja väriillisiä geelikyniä sekä pastelliliituja. Natalian ohjauksella maalaat kaupunkimaisemia, kukkia, asetelmia ja maisemia. Kurssilla 25 eurolla saat kaikki kurssin taidetarvikkeita. Ilmoittautuminen päättyy 1.10.2021.



SÖNDAGSMÅLARNA / SUNNUNTAIN MAALARIT – MÅLNINGSKURS / MAALAUISKURSSI

110304H/V

Natalia's ART Studio / Corner
Östra Långgatan 53

NATALIA KALEVA

sö 14.00–17.00

19.9.–28.11.2021

16.1.–27.3.2022

Terminsavgift 33,00 €

Vi målar med alla färgtekniker – akvarell-, olje- och akrylfärger. Du får måla dina egna arbeten under handledning av Natalia. Vi målar även svartvita porträtt och landskap samt vackra akvarellarbeten.

Natalia's ART Studio / Corner
Itäinen pitkäkatu 53

su 14.00–17.00

19.9.–28.11.2021

16.1.–27.3.2022

NATALIA KALEVA

Lukukausimaksu 33,00 €

Maalaamme kaikilla väreillä - akvarelli, öljy ja akryyli. Maalaat omia töitä Natalian ohjauksella. Maalaamme myös mustavalkoisia muotokuvia ja maisemia, sekä kauniita akvarellitöitä.

MÄNNISKAN I OLIKA MILJÖER – KONSTKURS MED ESA TIAINEN / IHMINEN ERI MILJÖISSÄ – ESA TIAISEN TAIDEKURSSI

110305

Spectra
Skolgatan 10

fre 18.00–21.00

lö 10.00–16.00

so 10.00–15.00

ESA TIAINEN

Kursavgift 20,00 €

8.–10.10.2021

Fri målningsteknik, akvarell, olja, akryl, gouache, pastell m.fl. Genomgång av bildkomposition, färglära, valörer och kontraster. Motivkrets: människan i interiör, människan i stadsmiljö, människan i naturen. Oljemålare bör använda luktfränterpentin. Anmälning senast 23.9.2021.

Spectra
Koulukatu 10

pe 18.00–21.00

la 10.00–16.00

su 10.00–15.00

ESA TIAINEN

Kurssimaksu 20,00 €

8.–10.10.2021

Vapaa maalaustekniikka, akvarelli, öljy, akryyli, guassi, pastelli ym. Kurssilla käydään läpi kuvan sommittelu, värioppi, valööröt ja kontrastit. Aihepiiri: ihminen interiööriissä, ihminen kaupunkimiljöössä, ihminen luonnossa. Ölzymaalaa käyttävien tulee käyttää hajutonta tärpätiä. Ilmoittautuminen päättyy 23.9.2021.

Grundläggande konstundervisning / Taiteen perusopetus

HANTVERK ÅK 1-6 / KÄSITYÖKURSSI LK 1-6

110418H / 110418V

Kursgården Kristina, rum 2
Västra Långgatan 34 A

ANN-CHRISTINE LUNDELL

Terminsavgift 65,00 €

Kurssitalo Kristiina, huone 2
Läntinen Pitkäkatu 34 A

ANN-CHRISTINE LUNDELL

Lukukausimaksu 65,00 €

fre 13.00-15.00

10.9.-17.12.2021

14.1.-29.4.2022

pe 13.00-15.00

10.9.-17.12.2021

14.1.-29.4.2022

Vi prövar på olika handarbetstekniker och material. För elever i åk 1-6. Tilläggsuppg. Ann-Christine Lundell, tel. 0407372577. Materialkostnader ingår i kursavgiften.

Kokeilemme erilaisia käsityöteknikoita ja materiaaleja. Kurssi luokkien 1-6 oppilaille. Lisätiedot: Ann-Christine Lundell, puh. 0407372577. Materiaalimaksu sisältyy kurssimaksuun.



Hantverk / Käsityö

HANDARBETE / KÄSITYÖ

Kursgården Kristina, rum 2
Västra Långgatan 34

110401H / 110401V

ANN-CHRISTINE LUNDELL

må 12.30–15.00

13.9.–13.12.2021

10.1.–4.4.2022

Terminsavgift 40,00 €

Kurssitalo Kristiina, huone 2
Läntinen Pitkäkatu 34

ma 12.30–15.00

13.9.–13.12.2021

10.1.–4.4.2022

ANN-CHRISTINE LUNDELL

Lukukausimaksu 40,00 €

HANDARBETE / KÄSITYÖ

Kursgården Kristina, rum 2
Västra Långgatan 34

110404H / 110404V

ANN-CHRISTINE LUNDELL

ons 12.30–15.00

15.9.–8.12.2021

12.1.–6.4.2022

Terminsavgift 40,00 €

Kurssitalo Kristiina, huone 2
Läntinen Pitkäkatu 34

ke 12.30–15.00

15.9.–8.12.2021

12.1.–6.4.2022

ANN-CHRISTINE LUNDELL

Lukukausimaksu 40,00 €

HANDARBETE LAPPFJÄRD / KÄSITYÖ LAPVÄÄRTTI

Lappfjärds pensionärshem
Södra Lappfjärdsvägen 123

110407H / 110407V

ANN-CHRISTINE LUNDELL

to 12.30–15.00

16.9.–9.12.2021

13.1.–7.4.2022

Terminsavgift 40,00 €

Lappfjärds pensionärshem
Eteläinen Lapväätintie 123

to 12.30–15.00

16.9.–9.12.2021

13.1.–7.4.2022

ANN-CHRISTINE LUNDELL

Lukukausimaksu 40,00 €

110401H/V / 110404H/V / 110407H/V

Vi gör makramé och tillverkar saker genom återanvändning av bl.a. jeans och kaffepåsar. Till jul pysslar vi tomtar och julpynt. Du kan också ta med halvfärdiga arbeten och fortsätta med dem!

Teemme makrameetötä ja valmistamme erilaisia tuotteita mm. uusiokäytämällä farkkuja ja kahvipusseja. Jouluki as-kartelemme tonttuja ja joulukoristeita. Voit myös ottaa mu-kaan puolivalmiita töitä ja jatkaa niiden tekemistä!

Kursgården Kristina, rum 2
Västra Långgatan 34

ANN-CHRISTINE LUNDELL

ti 17.30–19.00

14.9.–23.11.2021

11.1.–22.3.2022

Terminsavgift 22,00 €

Vi skapar med våra händer, genom att sy, måla, klippa, limma och återanvända olika material. Varannan vecka.

Kurssitalo Kristiina, huone 2
Läntinen Pitkäkatu 34

ANN-CHRISTINE LUNDELL

ti 17.30–19.00

14.9.–23.11.2021

11.1.–22.3.2022

Lukukausimaksu 22,00 €

Luomme käsillämme, ommellen, maalaten, leikaten, liimaten ja kierrättämällä erilaisia materiaaleja. Joka toinen viikko.

GLASARBETE / LASITYÖ

Kursgården Kristina, rum 2
Västra Långgatan 34

110405H / 110405V

ANN-CHRISTINE LUNDELL

ons 18.00–20.30

15.9.–8.12.2021

12.1.–6.4.2022

Terminsavgift 40,00 €

Kurssitalo Kristiina, huone 2
Läntinen Pitkäkatu 34

ANN-CHRISTINE LUNDELL

ke 18.00–20.30

15.9.–8.12.2021

12.1.–6.4.2022

Lukukausimaksu 40,00 €

Vi gör tiffany-, mosaik- och små glassmålningsarbeten.
Teemme tiffany-, mosaiikki- ja pieni lasinsulatustöitä.

MÖBELRESTAURERING / ENTISÖINTI

Ömossa daghem
Björkbackavägen 2

110419H / 110419V

MIKKO KANGASNIEMI

ons 12.00–14.30

15.9.–1.12.2021

12.1.–30.3.2022

Terminsavgift 40,00 €

Metsälän päiväkoti
Koivumäentie 2

MIKKO KANGASNIEMI

ke 12.00–14.30

15.9.–1.12.2021

12.1.–30.3.2022

Lukukausimaksu 40,00 €

Puutötä ja vanhojen huonekalujen, esim. kaappien, tuolien, pöytien entisointiä.

KERAMIK GRUPP 1 / KERAMIKKAA RYHMÄ 1

Kursgården Kristina, keramikverkstaden
Västra Långgatan 34 A 110408H/V

MIRJA PERÄSAARI **ti 15.00–17.30**

Terminsavgift 40,00 € **14.9.–30.11.2021**
11.1.–29.3.2022

Kurssitalo Kristiina, keramiikkapaja
Läntinen pitkäkatu 34 A **ti 15.00–17.30**

MIRJA PERÄSAARI **14.9.–30.11.2021**
11.1.–29.3.2022

Lukukausimaksu 40,00 €

Teemme itsesuunnittelemia käyttö-, sisustus- ja taide-esineitä, myös ulos puutarhaan. Ideoita ja malleja saa tarvittaessa. Aloittelijat pääsevät helposti mukaan! Undervisningsspråk finska.

KERAMIKVERKSTAD / KERAMIKKAPAJA

Hemslöjdsgården
Strandgatan 18 110425H

TUULA RANTALA **må 18.00–20.30**

Terminsavgift 40,00 € **13.9.–29.11.2021**

Hemslöjdsgården
Rantakatu 18 **ma 18.00–20.30**

TUULA RANTALA **13.9.–29.11.2021**

Lukukausimaksu 40,00 €

KERAMIK GRUPP 2 / KERAMIKKAA RYHMÄ 2

Kursgården Kristina, keramikverkstaden
Västra Långgatan 34 A 110409H/V

MIRJA PERÄSAARI **fre 13.00–15.30**

Terminsavgift 40,00 € **17.9.–3.12.2021**
14.1.–1.4.2022

Kurssitalo Kristiina, keramiikkapaja
Läntinen pitkäkatu 34 A **pe 13.00–15.30**

MIRJA PERÄSAARI **17.9.–3.12.2021**
14.1.–1.4.2022

Lukukausimaksu 40,00 €

Forma dina egna prydnads- och bruksföremål i skapande miljö. Kostnader för materialet, bränning och glasering tillkommer. Undervisningsspråk finska.

Muotoile koriste- ja käyttöesineitä luovassa ympäristössä. Kustannukset materiaalista, poltosta ja lasitteesta tulevat lisäksi.

PYSSLA MED DITT BARN (3-6 ÅR) / ASKARTELE LAPSESI KANSSA (3-6 V.)

110423

Kursgården Kristina, rum 2
Västra Långgatan 34 A

PIRJO RAJASALO

Kursavgift 22,00 € / vuxen

ti 18.00–19.30
2.11.–7.12.2021

Kurssitalo Kristiina, huone 2
Läntinen pitkäkatu 34 A

PIRJO RAJASALO

Kurssimaksu 22,00 € / aikuisen

ti 18.00–19.30
2.11.–7.12.2021

Vi pysslar allt roligt av papper, naturmaterial och olika massor. Vi funderar tillsammans vad vi vill göra! Max 2 barn/vuxen. Den vuxna anmäler sig till kursen, kursavgiften gäller endast den vuxna deltagaren. En liten avgift för materialkostnader tillkommer. Anmälning senast 19.10.2021.

Askarrellaan kaikkea kivaa paperista, luonnonmateriaalista, massoista. Katsoaan yhdessä mikä meitä kiinnostaa! Enintään 2 lasta/aikuisen. Aikuisen ilmoittatuu kurssille, kurssimaksu per aikuisen. Pienet materiaalikustannukset tulevat lisäksi. Ilmoittautuminen päättyy 19.10.2021.

SILVERSMIDE / HOPEATYÖ (2 VECKOSLUT/VKL)

110421

Kristinestads skola, slöjdsal
Skolgatan 13

ARTO KALLIONPÄÄ

Kursavgift 40,00 €

lö 9.00–16.00
sö 10.00–15.15
30.10.–14.11.2021

Kristinestads skola, puutyösali
Koulukatu 13

ARTO KALLIONPÄÄ

Kurssimaksu 40,00 €

pe 13.00–15.30
30.10.–14.11.2021

Kurssitilaisuudet 30.–31.10. ja 13.–14.11.

Aloita uusi harrastus lumoavasta hopeasta. Opitaan hopeantytön perustekniikoita ja valmistetaan koruja, mm. ketjuja ja sormuksia. Opettajalla mukana malliherätteitä, työvälineistöä, materiaaleja opetuksen ja ideoinnin tueksi. Materiaalikustannukset tulevat lisäksi.

Ilmoittautuminen päättyy 21.10.2021.

BRICKBANDSVÄVNING / LAUTANAUHAT

110424

Kursgården Kristina, rum 2
Västra Långgatan 34 A

PIRJO RAJASALO

to 18.00–20.30

Kursavgift 40,00 €

7.10.–9.12.2021

Kurssitalo Kristiina, huone 2
Läntinen pitkäkatu 34 A

PIRJO RAJASALO

to 18.00–20.30

Kurssimaksu 40,00 €

7.10.–9.12.2021

Vävning av brickband, behövs bara bandgrind och garn. Bandringen går att tillverka själv eller köpa. Banden kan användas på många olika sätt, t.ex. som bälte, dekorationsband, handtag till väskor, gardinomtag etc., det är lätt att lära sig göra egna mönster. Vi kan också tillverka andra band såsom snurreband, flätade band, makramé. Enligt deltagarnas önskemål! Anmälning senast 27.9.2021.

Lautanauhan valmistus, tarvitaan vain laudat ja lankaa. Laudat voi itsekin valmistaa tai ostaa. Sopii monenlaiseen käyttöön, esim. vyöt, koristenuhat, laukkujen kantokahvat, verhotampit jne., on helppo oppia tekemään omia malleja. Voidaan myös tehdä muita nauhoja, kierrenyörit, palmikkonauhat, solmeilupunokset. Toivomusten mukaan! Ilmoittautuminen päättyy 27.9.2021.

HÅLLBARHETSVECKAN KESTÄVÄN KEHITYKSEN VIIKKO

DÖRRSTOPPARE AV JEANS / OVIKIILA FARKUISTA

Kursgården Kristina, rum 2
Västra Långgatan 34 A

110420

ANN-CHRISTINE LUNDELL

18.00–20.30

Kursavgift 40,00 €

30.9.2021

Kurssitalo Kristina, huone 2
Läntinen pitkäkatu 34 A

ANN-CHRISTINE LUNDELL

18.00–20.30

Kurssimaksu 40,00 €

30.9.2021



Vi syr dörrstoppare av jeans. Ta med gamla, tvättade jeans samt fyllnadsvadd. Vadd kan också köpas på kursen. Anmälning senast 27.9.2021.

Ompelemme ovikiilan farkuista. Ota mukaan vanhat, pessyt farukut ja täytevanua. Vanua on mahdollista ostaa myös kurssilta. Ilmoittautuminen päättyy 27.9.2021.

DOCKSKÅPS- OCH TITTSKÅPSKURS / NUKKEKOTI- JA KATSELUKAAPPIKURSSI

110422H / 110422V

Kursgården Kristina, rum 2
Västra Långgatan 34 A

PIRJO RAJASALO

Terminsavgift 40,00 €

Kurssitalo Kristiina, huone 2
Läntinen pitkäkatu 34 A

PIRJO RAJASALO

Lukukausimaksu 40,00 €

ons 18.00–20.30

15.9.–1.12.2021

12.1.–30.3.2022

ke 18.00–20.30

15.9.–1.12.2021

12.1.–30.3.2022

Vi tillverkar ett rum av fanerskiva. Vi går igenom material, lär oss baskunkaper och planeringsskedan. Vi går igenom inköpsställen, användning av "skräpmaterial" och olika arbetsknep. Inga speciella verktyg behövs. Välkommen med till dockhemsvärlden. Även deltagare från tidigare kurser är välkomna med.

Kurssilla valmistamme huoneen vanerilevypaketista. Käymme läpi materiaaleja, opettelemme perustaitoja ja suunnittelun vaiheet. Käymme läpi ostospaikkoja, monipuolisen "roskamateriaalin" käytön ja erilaisia niksejä työskentelyyn. Mitään erikoisia työkaluja ei tarvita. Tervetuloa mukaan nukkekotien maailmaan. Tervetuloa myös edelliskaudella olleet.



MÖBELTAPETSERING DAGKURS / VERHOILU PÄIVÄKURSSI

Kursgården Kristina, snickarverkstaden
Västra Långgatan 34

110410H/V

LAILA KAKKURI

må 14.00-17.00

13.9.-8.11.2021

Terminsavgift 40,00 €

10.1.-7.3.2022

Kurssitalo Kristiina, nikkarinverstas
Läntinen pitkäkatu 34

LAILA KAKKURI

ma 14.00-17.00

13.9.-8.11.2021

Lukukausimaksu 40,00 €

10.1.-7.3.2022

MÖBELTAPETSERING KVÄLLSKURS / VERHOILU ILTAKURSSI

Kursgården Kristina, snickarverkstaden
Västra Långgatan 34

10411H/V

må 17.00-20.00

13.9.-8.11.2021

Terminsavgift 40,00 €

10.1.-7.3.2022

Kurssitalo Kristiina, nikkarinverstas
Läntinen pitkäkatu 34

ma 17.00-20.00

13.9.-8.11.2021

Lukukausimaksu 40,00 €

10.1.-7.3.2022

Omklädning av olika typer av möbler, dynor m.m. / Huonekalujen, tyynyjen ym. tuotteiden verhoilu.

PICCOLO JULKORS / PICCOLO JOULURISTI (4 GGR/KERTAA)

110412

Hemslöjdsgården
Strandgatan 18

lö 9.00-15.00

sö 9.00-15.00

MIKAEL EKHOLM

Kursavgift 33,00 €

2-10.10.2021

Hemslöjdsgården
Rantakatu 18

la 9.00-15.00

su 9.00-15.00

MIKAEL EKHOLM

Kurssimaksu 33,00 €

2.-10.10.2021

Kurstillfällen: 2-3.10 & 9-10.10.2021. Tillverkning av julkors i Piccolo storlek, ca 37 cm högt. Du kan göra korset i Lappfjärds, Kristinestads, Finbys eller Närpes modell. OBS! Meddela modell vid anmälan. Delarna till korset kommer som en byggsats som deltagarna inlöser. Läraren har alla verktyg och inga förkunskaper behövs. Byggsatsens pris är 40 euro. Anmälning senast 24.9.2021.

Kurssitaisuudet: 2-3.10 & 9-10.10.2021. Piccolo-kokoisen jouluristin valmistus, korkeus noin 37 cm. Voit tehdä Lapväärtin, Kristiinan kaupungin, Finbyn tai Närpiön mallisen ristin. HUOM! Ilmoita malli ilmoittautumisen yhteydessä. Osat tulevat rakennussarjana, jonka osallistujat lunastavat. Opettajalla on kaikki työvälineet eikä ennakkotietoja tarvita. Rakennussarjan hinta on 40 euroa. Rekisteröinti päättyy 24.9.2021.

TRADITIONSHANTVERK / PERINNEKÄSITYÖKURSSI

110415H / 110415V

Sideby Byacenter
Sidebyvägen 640

to 18.30–21.00

BROR ERIKSSON

16.9.–2.12.2021

Terminsavgift 40,00 €

13.1.–31.3.2022

Tillverkning av vindflöjar, jullyktor av trä, Skaftung- och Ömossa
julkors och reparation av möbler enligt kursdeltagarens egna rit-
ningar och önskemål.

Sideby Byacenter
Siipyntie 640

to 18.30–21.00

BROR ERIKSSON

16.9.–2.12.2021

Lukukausimaksu 40,00 €

13.1.–31.3.2022

Teemme tuuliviirejä, joululyhtyjä, Skaftungin ja Metsälän jouluris-
tejä, sekä huonekalujen korjausta kurssilaisten omien piirustuk-
sien ja toiveiden mukaan.

FOLKDRÄKTSBAND / KANSALLISPUVUN NAUHOJEN VALMISTUS

110427

Hemslöjdsgården
Strandgatan 18

ANNA NORDSTRÖM

lö 10.00–15.00

Kursavgift 22,00 €

22.–29.1.2022

På kursen väver vi folkdräktsband till Lappfjärds, Sideby och Tjöck
folkdräkter. Anmälning senast 13.1.2022.

Hemslöjdsgården
Rantakatu 18

ANNA NORDSTRÖM

la 10.00–15.00

Kurssimaksu 22,00 €

22.–29.1.2022

Kurssilla kudomme kansallispuvun nauhoja Lapväärtin, Siipyyn ja
Tiukan kansallispukuihin. Ilmoittautuminen päättyy 13.1.2022.

PIMP DIN INREDNING / TUUNAA SISUSTUSTASI

110425

Kursgården Kristina, rum 2
Västra Långgatan 34 A

ANN-CHRISTINE LUNDELL

må 18.00–20.30

Kursavgift 40,00 €

13.9.–13.12.2021

Kurssitalo Kristiina, huone 2
Läntinen pitkäkatu 34 A

ANN-CHRISTINE LUNDELL

ma 18.00–20.30

Kurssimaksu 40,00 €

13.9.–13.12.2021

Vi fixar gardiner, kuddöverdrag, lampskärmar, sängkappor, sänggavlar m.m. enligt kursdeltagarnas önskemål. Vi återbrukar och syr nytt för att lyfta din inredning

Tuunaamme verhoja, tyynypäällisiä, lampunvarjostimia, sängynpeittoja, sängynpäättyjä ym. osallistujien toivomusten mukaan. Kierrätämme ja ompelemme uutta sisustuksesi pirstämiseksi!

KNYPPLING / NYPLÄYS (6 GGR/KERTAA)

110414H / 110414V

Lappfjärd skola
Södra Lappfjärdsvägen 40

ons 18.30–21.00

ANNELI NISSANDER

22.9.–1.12.2021

Terminavgift 27,00 €

12.1.–23.3.2022

Lapväartin koulu
Eteläinen Lapväärtintie 40

ke 18.30–21.00

ANNELI NISSANDER

22.9.–1.12.2021

Lukukausimaksu 27,00 €

12.1.–23.3.2022

Knyppling av olika slag spetsar, dukar, tavlor, dekorationer m.m. Lämpar sig också för nybörjare. Obs. Varannan vecka. Anmälning senast 17.9.2021.

Erlaisten pitsien, liinojen, taulujen, koristeiden ym. nypläystä. Sopii myös vasta-alkajille. Huom. Joka toinen viikko. Ilmoittautuminen päättyy 17.9.2021.

MOPED- OCH MOTORCYKELRESTAURERING / MOPOJEN JA MOOTTORIPIYÖRIEN ENTISÖINTIÄ

110413H / 110413V

Lägenhet vid sjukhusbacken
Lappfjärdsvägen 8-12, lägenhet L 3

må 18.00–20.30

BERNTH NYLUND

13.9.–29.11.2021

Terminsavgift 40,00 €

10.1.–28.3.2022

Sairaalamäen huoneisto
Lapväätintie 8-12 , huoneisto L 3

ma 18.00–20.30

BERNTH NYLUND

13.9.–29.11.2021

Lukukausimaksu 40,00 €

10.1.–28.3.2022

Har du en veteranmoped eller -motorcykel som du vill renovera? Kom med andra entusiaster och skruva. Kursen passar alla som vill skruva och renovera mopeder eller motorcykel!

Jos sinulla on veteranimopo- tai -moottoripyörä jonka haluat kunnostaa, tule mukaan ruuvaamaan ja kunnostamaan muiden samasta asiasta kiinnostuneiden kanssa.

STICKA DIN EGEN TRÖJA ELLER KOFTA / NEULO ITSELLESI VILLAPAITA TAI -TAKKI

110417H/V

Susannes shop
Nybrovägen 1-3

to 18.30–21.00

SUSANNE LINDBÄCK

16.9.–25.11.2021

Terminsavgift 27,00 €

13.1.–24.3.2022

Susannes shop
Uudensillantie 1-3

to 18.30–21.00

SUSANNE LINDBÄCK

16.9.–25.11.2021

Lukukausimaksu 27,00 €

13.1.–24.3.2022

Kom med och sticka mönstrade tröjor eller koftor (t.ex. Strömsö-tröjan, isländska mönster som Afmaeli, Riddari, Maja-koftan m.fl.). Vi lär oss mönsterstickning, olika uppläggningar, stickar uppifrån och ner, nerifrån och upp utan sömmar. Vi steakar och klipper upp koftan. Mera info om material och mönster från Susanne Lindbäck.

Tule neulomaan kuviollisia villapaitoja tai -takkeja, esim. Strömsö-villpaita, islantilaisilla perinnekuvioilla, kuten Afmaeli, Riddari, Maja-Koftan ym. Opimme kuvioneulontaa, erilaisia silmukoiden luomistekniikoita, neulomista ylhäältä alas ja alhaalta ylös ilman saumoja. Takki leikataan lopuksi auki. Susanne Lindbäck antaa lisätietoja materiaaleista ja ohjeista.

KLÄDFIX / VAATETUUNAUS

110428

Kursgården Kristina, rum 2
Västra Långgatan 34 A

ANN-CHRISTINE LUNDELL

må 18.00–20.30
10.1.–4.4.2022

Kursavgift 40,00 €

Kurssitalo Kristiina, huone 2
Läntinen pitkäkatu 34 A

ANN-CHRISTINE LUNDELL

ma 18.00–20.30
10.1.–4.4.2022

Kurssimaksu 40,00 €

Vi syr kläder samt ändrar och förnyar kläder. Återbruk när det är som mest inspirerande! Anmälning senast 13.12.2021.

Ompelemme sekä tuunaamme ja uudistamme vaatteita. Luovaa ja inspiroivaa kierrätystä! Ilmoittautuminen päättyy 13.12.2021.

PAPPRETS MÅNGA FORMER / PAPERIN MONET MUODOT

110429

Kursgården Kristina, rum 2
Västra Långgatan 34 A

PIRJO RAJASALO

to 18.00–20.30
13.1.–7.4.2022

Kursavgift 40,00 €

Kurssitalo Kristiina, huone 2
Läntinen pitkäkatu 34 A

PIRJO RAJASALO

to 18.00–20.30
13.1.–7.4.2022

Kurssimaksu 40,00 €

Vi pysslar med papper! Vi gör mönster på papper, decoupage, papervikningar enligt deltagarnas önskemål. Vi tillverkar inredningsprylar, album, kort osv. Vi bekantar oss med olika sätt att återanvända papper. Anmälning senast 13.12.2021.

Lähdetään leikkimään paperilla! Tehdään paperin kuviointuja, pääällstyksiä, taitteluja toivomusten mukaan. Valmistetaan sisustusjuttuja, albumeita, kortteja jne. Tutustutaan erilaisten kierrätetävien papereiden moninaiseen uusiokäytöön. Ilmoittautuminen päättyy 13.12.2021.

VÄVNING KRS GRUPP A / KUDONTA KRS RYHMÄ A

Kursgården Kristina, vävstudion
Västra Långgatan 34 A

110430H/V

PIRKKO NORRGÅRD

ons 18.00–20.30

15.9.–8.12.2021

12.1.–6.4.2022

Terminsavgift 40,00 €

Kurssitalo Kristiina, kudontastudio
Läntinen pitkäkatu 34 A

PIRKKO NORRGÅRD

ke 18.00–20.30

15.9.–8.12.2021

12.1.–6.4.2022

Lukukausimaksu 40,00 €

VÄVNING KRS GRUPP B / KUDONTA KRS RYHMÄ B

Kursgården Kristina, vävstudion
Västra Långgatan 34 A

110431H/V

PIRKKO NORRGÅRD

to 18.00–20.30

16.9.–9.12.2021

11.1.–5.4.2022

Terminsavgift 40,00 €

Kurssitalo Kristiina, kudontastudio
Läntinen pitkäkatu 34 A

PIRKKO NORRGÅRD

to 18.00–20.30

16.9.–9.12.2021

11.1.–5.4.2022

Lukukausimaksu 40,00 €

Vävning för nybörjare och längre hunna. Undervisningsspråk finska. / Kudontaa aloitteleville ja pidemmälle ehtineille.

VÄVNING KALLTRÄSK / KUDONTA KALLTRÄSK

110432H / 110432V

Kallträsk PVY-gård
Kallträskvägen 144

Enkla vävar. Lämpar sig för nybörjare. Undervisningsspråk finska.

PIRKKO NORRGÅRD

ti 18.30–21.00

14.9.–7.12.2021

11.1.–5.4.2022

Terminsavgift 40,00 €

Kudotaan helppoja malleja. Huovat, paperinarutekstiilit, valoryijyt ym. Sopii vasta-alkajallekin.

Kallträskin PVY-talo
Kallträskintie 144

ti 18.30–21.00

14.9.–7.12.2021

11.1.–5.4.2022

PIRKKO NORRGÅRD

Lukukausimaksu 40,00 €

TRÄ- OCH METALLSLÖJD / PUU- JA METALLITYÖ

110434H / 110434V

Krs högstadieskola, slöjdsalen
Skolbrinken 4

to 18.00–19.30

16.9.–9.12.2021

13.1.–7.4.2022

RASMUS SKOGMAN

Terminsavgift 40,00 €

Krs högstadieskola, puutyösali
Koulurinne 4

to 18.00–19.30

16.9.–9.12.2021

13.1.–7.4.2022

RASMUS SKOGMAN

Lukukausimaksu 40,00 €

Grunderna inom svetsning, metallbearbetning och säkerhetsaspekter, träsvarvning m.m. MIG, MAG, elektrod- och gasskärning (svetsning).

Hitsauksen perusteet, metallin työstämistä ja turvallisuusnäkökohtia, puun sorvausta ym. MIG, MAG, elektrodi- ja kaasuleikkausta (hitsausta). Opetuskieli ruotsi.

TRÄSLÖJD / PUUTYÖKURSSI

110416H / 110416V

Krs högstadieskola, slöjdsalen
Skolbrinken 4

ti 15.00–18.30

14.9.–7.12.2021

11.1.–5.4.2022

AULIS NÄRVÄ

Terminsavgift 50,00 €

Krs högstadieskola, puutyösali
Koulurinne 4

ti 15.00–18.30

14.9.–7.12.2021

11.1.–5.4.2022

AULIS NÄRVÄ

Lukukausimaksu 50,00 €

Kursen lämpar sig för alla som är intresserade av träarbeten. Undervisningsspråk finska.

Kurssilla tutustutaan koneisiin ja laitteisiin kuin myös käsityövälineiden teroitukseen. Voit valmistaa käyttö-, koriste-esineen piirustuksesta tai kunnostaa huonekalun. Sopii kaiken ikäisille naisille ja miehille, jotka ovat kiinnostuneita puutöistä.

Dans / Tanssi

ORIENTALISK DANS / ITÄMAINEN TANSSI (6 GGR/KERTAA)

110501

Kursgården Kristina, danssal
Västra Långgatan 34

TITTA MALMILA

må 17.30–19.00
4.10–13.12.2021

Kursavgift 20,00 €

Itämaisen tanssin tekniikka, sopii aloittelijoille sekä jo osaaville. Kurssilla treenataan liikkeitä sekä askelsarjoja, ei vaikea koreografia. HUOM! Ei kengillä taantisalii!

Kurssipäivämäärät: 4.10., 18.10., 1.11., 15.11., 29.11. ja 13.12.2021.
Ilmoittautuminen päättyy 27.9.2021.

Kurssitalo Kristiina, taansisali
Läntinen pitkäkatu 34

TITTA MALMILA

ma 17.30–19.00
4.10.–13.12.2021

Kurssimaksu 20,00 €

SENIORDANS / SENIORITANSSI (6 GGR/KERTAA)

110502H

Lappfjärds skola, gymnastiksال
Södra Lappfjärdsvägen 40

BRITTA HEDMAN, ANN-KATRIN LINDSTRÖM

ons 15.30–17.00
29.9.–8.12.2021
12.1.–23.3.2022

Kursavgift 22,00 €

Varannan vecka. Seniordans till musik enligt seniordansförbundets program. Ta med inneskor.

Senioritanssia musiikin tahdissa senioritanssiliiton ohjelman mukaisesti. Ota mukaan sisäkengät. Opetuskieli ruotsi.

Lappfjärds skola, liikuntasali
Eteläinen Lapväärtintie 40

BRITTA HEDMAN, ANN-KATRIN LINDSTRÖM

ke 15.30–17.00
29.9.–8.12.2021
12.1.–23.3.2022

Kurssimaksu 22,00 €

Gymnastik / Liikunta

GRUNDERNA I HATHA YOGA / HATHA-JOOGAN ALKEET

830103H / 830103V

Kursgården Kristina, danssal
Västra Långgatan 34

to 16.00–17.30

16.9.–9.12.2021

13.1.–7.4.2022

MARA IMMONEN

Terminsavgift 33,00 €

Kurssilla tutustutaan hatha-joogaan oman hengityksen ja liikkeen rytmiseen. Levollinen jooga lisää fyysisää liikkuvuutta ja helpottaa stressiä. Tunnille oma alusta, joustava vaatetus ja avoin mieli. HUOM! Ovi avataan 15 minuuttia ennen tunnin alkua.

Kurssitalo Kristiina, tanssisali
Läntinen pitkäkatu 34

to 16.00–17.30

16.9.–9.12.2021

13.1.–7.4.2022

MARA IMMONEN

Lukukausimaksu 33,00 €

HATHA YOGA FORTSÄTTNINGSKURS / HATHA-JOOGA JATKOKURSSI

830104H / 830104V

Kursgården Kristina, danssal
Västra Långgatan 34

ons 18.00–19.30

15.9.–8.12.2021

12.1.–6.4.2022

MARA IMMONEN

Terminsavgift 33,00 €

Kurssilla on mahdollisuus syventää omaa joogaharjoitusta ja keskittää kehon, mielen ja hengityksen yhteyteen. Tunnille oma alusta, joustavat vaatteet ja avoin mieli. HUOM! Ovi avataan 15 minuuttia ennen tunnin alkua.

Kurssitalo Kristiina, tanssisali
Läntinen pitkäkatu 34

ke 18.00–19.30

15.9.–8.12.2021

12.1.–6.4.2022

MARA IMMONEN

Lukukausimaksu 33,00 €

MUSKELMIX / LIHASKUNTOJUMPPA

830105H / 830105V

Krs högstadieskola, gymnastiksalen
Skolbrinken 4

to 19.00–20.00

PATRICIA BERGKULLA

16.9.–9.12.2021

Terminsavgift 22,00 €

13.1.–7.4.2022

Krs högstadieskola, liikuntasali
Koulurinne 4

to 19.00–20.00

PATRICIA BERGKULLA

16.9.–9.12.2021

Lukukausimaksu 22,00 €

13.1.–7.4.2022

Enkel, effektiv och funktionell styrketräning till musik. I muskelmix tränar vi både med den egna kroppen och med redskap som belastning. Ta med egen matta.

Yksinkertaista, tehokasta ja toiminnallista voimaharjoittelua muusiikin tahdissa. Harjoitteleme oman kehomme painolla ja eri välineiden avulla. Oma matto mukaan. Opetuskieli ruotsi.

YOGA / JOOGA

830106

Kursgården Kristina, danssal
Västra Långgatan 34

KRISTINA WAHLBERG

ti 16.30–18.00

Kursavgift 33,00 €

14.9.–7.12.2021

Kurssitalo Kristiina, tanssisali
Läntinen pitkäkatu 34

KRISTINA WAHLBERG

ti 16.30–18.00

Kurssimaksu 33,00 €

14.9.–7.12.2021

Yoga passar alla, nybörjare och mer erfarna utövare. Under yogatimmarna tränas både sinne och kropp. Hit hör bl.a. andningsövningar, fysiska positioner (asanas), medveten avslappning samt lättare meditationsövningar. Ta med en halkfri yogamatta, filt och dyna. Max 15 deltagare. Anmälning senast 10.9.2021.

Jooga sopii kaikille, vasta-alkajille ja jo pitempään joogaa harjoittaneille. Joogatunni aikana harjoitetaan sekä sielua että ruumista. Tähän kuuluvat mm. hengitysharjoitukset, fyysiset asennot (asanat), tiedostettu rentoutus sekä helpoimmat meditaatioharjoitukset. Ota mukaan liukumaton joogamatto, huopa ja tyyny. Enint. 15 osallistujaa. Opetuskieli ruotsi.

KONDITIONSCIRKEL 55+ I / KUNTOPIIRI 55+ I

Positive Gym
Repslagaregatan 16

830107H / 830107V

MARIA VIRTANEN

ti 12.00-13.00
14.9.-7.12.2021
11.1.-5.4.2022

Terminsavgift 22,00 €

Positive Gym
Köydenpunojankatu 16

MARIA VIRTANEN

ti 12.00-13.00
14.9.-7.12.2021
11.1.-5.4.2022

Lukukausimaksu 22,00 €

KONDITIONSCIRKEL 55+ II / KUNTOPIIRI 55+ II

Positive Gym
Repslagaregatan 16

830108H / 830108V

MARIA VIRTANEN

ti 13.00-14.00
14.9.-7.12.2021
11.1.-5.4.2022

Terminsavgift 22,00 €

Positive Gym
Köydenpunojankatu 16

MARIA VIRTANEN

ti 13.00-14.00
14.9.-7.12.2021
11.1.-5.4.2022

Lukukausimaksu 22,00 €

KONDITIONSCIRKEL 55+ III / KUNTOPIIRI 55+ III

Positive Gym
Repslagaregatan 16

830109H / 830109V

MARIA VIRTANEN

ti 14.00-15.00
14.9.-7.12.2021
11.1.-5.4.2022

Terminsavgift 22,00 €

Positive Gym
Köydenpunojankatu 16

MARIA VIRTANEN

ti 14.00-15.00
14.9.-7.12.2021
11.1.-5.4.2022

Lukukausimaksu 22,00 €

KONDITIONSCIRKEL 55+ IV / KUNTOPIIRI 55+ IV

Positive Gym
Repslagaregatan 16

830110H / 830110V

MARIA VIRTANEN

fre 11.00-12.00
17.9.-10.12.2021
14.1.-8.4.2022

Terminsavgift 22,00 €

Positive Gym
Köydenpunojankatu 16

MARIA VIRTANEN

pe 11.00-12.00
17.9.-10.12.2021
14.1.-8.4.2022

Lukukausimaksu 22,00 €

830107H/V / 830108H/V
830109H/V / 830110H/V

Mångsidig konditionscirkel till visselpipans takt. Tänjning som avslutning. Salavgift 5€/gång.
Monipuolinen kuntopiiri pillin tahdissa. Lopuksi venyttely. Salimaksu 5€/kerta.

KONDITIONSCIRKEL FÖR DAMER / NAISTEN KUNTOPIIRI

Positive Gym
Repslagaregatan 16

830111H / 830111V

to 16.15–17.45

16.9.–9.12.2021

13.1.–7.4.2022

MARIA VIRTANEN

Terminsavgift 33,00 €

Positive Gym
Köydenpunojankatu 16

to 16.15–17.45

16.9.–9.12.2021

13.1.–7.4.2022

MARIA VIRTANEN

Lukukausimaksu 33,00 €

KONDITIONSCIRKEL FÖR MÄN / MIESTEN KUNTOPIIRI

Positive Gym
Repslagaregatan 16

830112H / 830112V

to 19.00–20.30

16.9.–9.12.2021

13.1.–7.4.2022

MARIA VIRTANEN

Terminsavgift 33,00 €

Positive Gym
Köydenpunojankatu 16

to 19.00–20.30

16.9.–9.12.2021

13.1.–7.4.2022

MARIA VIRTANEN

Lukukausimaksu 33,00 €

Mångsidig konditionscirkel delvis varierande rörelser till och utan visspipans takt. Tänjning som avslutning. Salavgift 6 €/gång.
Monipuolin kuntopiiri osittain vaihtuvin liikkein - pillin tahdissa ja ilman. Lopuksi kunnon venytely. Salimaksu 6 €/kerta.

STYRKETRÄNING FÖR DAMER / VOIMAHARJOITTELUA NAISILLE

830113H / 830113V

Axis Trainingstudio
Dagsmarkvägen 6

Konditionscirkel, balans, styrketräning samt stretchning för damer i alla åldrar. Salavg. 5€/gång.

GUN-MAJ ROSENSTEDT

må 19.00–20.00

13.9.–29.11.2021

10.1.–28.3.2022

Kuntopiiri, tasapaino-, voimaharjoituksia sekä venytystä kaiken ikäisille naisille. Salimaksu 5€/kerta.

Terminsavgift 22,00 €

Axis Trainingstudio
Dagsmarkintie 6

ma 19.00–20.00

13.9.–29.11.2021

10.1.–28.3.2022

GUN-MAJ ROSENSTEDT

Lukukausimaksu 22,00 €

SEGA GUBBAR / RUUTIUKOT

830125H / 830125V

Olika platser

BÖRJE ENLUND

må 10.00–11.30

**13.9.–29.11.2021
10.1.–28.3.2022**

Terminsavgift 33,00 €

Eri toimipaikkoja

BÖRJE ENLUND

ma 10.00–11.30

**13.9.–29.11.2021
10.1.–28.3.2022**

Lukukausimaksu 33,00 €

Sportiga aktiviteter för "pigga" friska män. Målet med denna kurs är att aktivera daglediga män och inspirera till kamratskap, friskvård och sunda levnadsvanor i gott sällskap. Kursteman är bl.a. olika utomhusaktiviteter, besök i konditionssal, simning, föreläsningar, kulturella inslag och givande diskussioner. Kom med redan från början och planera detaljprogrammet. Avgifter för olika specialaktiviteter kan tillkomma. Kursen ordnas i samarbete med Folkhälsan.

Urheilullisia aktiviteetteja virkeille terveille miehille. Tämän kurssin päämääränä on aktivoida miehiä ja innostaa heitä terveellisiin elämäntapoihin hyvässä seurassa. Kurssi sisältää mm. ulkoiluaktiviteetteja, kuntosalikäyttejä, uintia mukavassa seurassa ja antoisia keskusteluja. Tule mukaan jo kurssin alussa ja suunnittele yksityiskohtainen ohjelma. Eri erikoisaktiviteeteihin saattaa tulla lisämaksu. Kurssi järjestetään yhteistyössä Folkhälsanin kanssa.

YOGA GRUPP 1 / JOOGA RYHMÄ 1

830101H/V

Kursgården Kristina, danssal
Västra Långgatan 34

må 11.00–12.30

**13.9.–29.11.2021
10.1.–28.3.2022**

Terminsavgift 33,00 €

Kurssitalo Kristiina, tanssisali
Läntinen pitkäkatu 34

ma 11.00–12.30

**13.9.–29.11.2021
10.1.–28.3.2022**

Lukukausimaksu 33,00 €

YOGA GRUPP 2 / JOOGA RYHMÄ 2

830102H/V

Kursgården Kristina, danssal
Västra Långgatan 34

ti 9.00–10.30

**14.9.–30.11.2021
11.1.–29.3.2022**

Terminsavgift 33,00 €

Kurssitalo Kristiina, tanssisali
Läntinen pitkäkatu 34

ti 9.00–10.30

**14.9.–30.11.2021
11.1.–29.3.2022**

Lukukausimaksu 33,00 €

Ohjaamani jooga mahdollistaa kykyä keskittyä paremmin, olemaan läsnä tässä hetkessä. Tarkkailemme miten hengitämme, miten liike yhdistyy luonnolliseen hengitykseemme, omia mahdollisuusiamme kuunnellen, tunnioittaan. Asteittainen eteneminen tyynnyttää myös mielen liikkeitä. Lopussa voimme kokea hiljaisuuden sisäpuolellamme, erilaisen yhteyden itseemme.

GARUDA GRUPP 1 / GARUDA RYHMÄ 1

Tjöck skola Lindbergsvägen 5	830126H / 830126V
CHARLOTTA JAAKKOLA	ons 18.00–19.00 15.9.–8.12.2021 12.1.–6.4.2022
Terminsavgift 27,00 €	
.....	
Tjöck skola Lindbergintie 5	
CHARLOTTA JAAKKOLA	ke 18.00–19.00 15.9.–8.12.2021 12.1.–6.4.2022
Lukukausimaksu 27,00 €	

GARUDA GRUPP 2 / GARUDA RYHMÄ 2

Tjöck skola Lindbergsvägen 5	830127H / 830127V
CHARLOTTA JAAKKOLA	ons 19.00–20.00 15.9.–8.12.2021 12.1.–6.4.2022
Terminsavgift 27,00 €	
.....	
Tjöck skola Lindbergintie 5	
CHARLOTTA JAAKKOLA	ke 19.00–20.00 15.9.–8.12.2021 12.1.–6.4.2022
Lukukausimaksu 27,00 €	

Garuda är en träningsform som kombinerar Pilates, Yoga och dans där målet är att hitta avslappning i rörelsen, bygga kraft i hela kroppen samt en stark core. Man varierar stretching, andning och träning för att kroppen ska utmanas och utvecklas optimalt genom, vridningar, tryck och drag med djupa roteringar och tredimensionella rörelser.

Garuda on harjoitusmuoto, jossa yhdistyvät pilates, jooga ja tanssi, ja jonka tavoitteena on rentouttaa, saada kokonaisvaltaisesti voima koko kehoon sekä vahva core. Se sisältää venyttelyä, hengittämistä ja harjoittelua kehon haastamiseksi ja optimaaliseksi kehitymiseksi syvien kiertoliikkeiden ja kolmiulotteisten liikkeiden kautta tapahtuvien liikesarjojen ja harjoittelun avulla.

MOTIONSGYMNASTIK FÖR KVINNOR / NAISTEN KUNTOJUMPPA

Lappfjärds skola, gymnastiksال Södra Lappfjärdsvägen 40	830124H
MARIA UNGER	ons 19.45–20.30 15.9.–8.12.2021
Terminsavgift 22,00 €	
.....	
Lappfjärds skola, liikuntasali Eteläinen Lapvärtintie 40	
MARIA UNGER	ke 19.45–20.30 15.9.–8.12.2021
Lukukausimaksu 22,00 €	

Gymnastik till musik. Passet innehåller uppvärmning, muskelstyrka och avslappning/stretch. Ta med egen matta.
Voimistelua musiikin kera. Lämmittelyä, lihaskuntoa ja rentoutusta/venytystä. Ota mukaan oma matto.

BARRE-ACADEMY (2 GGR/KERTAA)

830128

Kursgården Kristina, danssall
Västra Långgatan 34

TARJA TEKONIEMI

Kursavgift 33,00 €

lö 13.30–14.30

30.10.–6.11.2021

Kurssitalo Kristiina, tanssisali
Läntinen pitkäkatu 34

TARJA TEKONIEMI

Kurssimaksu 33,00 €

la 13.30–14.30

30.10.–6.11.2021



Barre är en effektiv träningsform för hela kroppen. Barre baserar sig på stångröning i klassisk balett samt rehabiliterande Lotte Berg-metoden. Barre Academy är hälsomotion. Med hjälp av övningarna söker vi fram en ergonomiskt rätt hållning, stärker och vårdar speciellt de muskler som försummas på grund av vår moderna livsstil; framför allt sättemusklerna, lären och bålen. Rörelserna görs i takt medmusik. Det är supereffektivt, medryckande och man får snabba resultat. Ta med egen pilatesmatta och pilatesboll, också en barnboll du ger. Undervisningsspråk finska. Anmälning senast 8.10.2021.

Barre on koko kehon tehokas treeni. Barren tausta on klassisen baletin tankoharjoittelussa sekä kuntouttavassa Lotte Bergin metodissa. Barre Academy on terveysliikuntaa. Haemme harjoituksissa ergonomisesti oikea ryhdin, vahvistamme ja huollamme erityisesti niitä lihaksia, joita nykyainkainen elämäntyyli laiminlyö; erityiseti pakarat, reidet ja keskivartalo pääsevät töihin barre tunnilla. Tunnilla liikkeet tehdään musiikin mukaan. Se on supertehokasta, mukaansatempaavaa ja tuloksia syntyy nopeasti. Ota mukaan oma pilatesmatto ja pilatespallo, myös lasten pallo käy. Ilmoittautuminen päättyy 8.10.2021.

PILATES

830129

Online kurs

TARJA TEKONIEMI

sö 17.30–18.30

Kursavgift 22,00 €

19.9.–12.12.2021

Online-kurssi

TARJA TEKONIEMI

su 17.30–18.30

Kurssimaksu 22,00 €

19.9.–12.12.2021

Pilates på medelnivå: Under lektionen utförs pilatesrörelser som stärker kroppen. Vi styr kroppen i rätt position, stärker bålen och effektiverar andningen. Ett effektivt träningsspass för bålen och hela kroppen. Online kurs. Undervisningsspråk finska.

Keskitason pilatestunti: tunti koostuu kehoa vahvistavista pilatesliikkeistä. Linjaten kehoa oikeaan asentoon, vahvistaen keskivartaloa ja tehostaan hengitystä. Tunnilla saat halutessasi hyvin tehokkaan treenin keskivartalolle ja koko kehoon. Online-kurssi.

SENIORGYMNASTIK / SENIORIVOIMISTELUA

830130H

Lappfjärds skola, gymnastiksال
Södra Lappfjärdsvägen 40

to 17.00–17.45

KITA WESTERLUND

16.9.–9.12.2021

Terminavgift 17,00 €

V: 13.1–7.4.2022

Lappfjärds skola, liikuntasali
Eteläinen Lapväätintie 40

to 17.00–17.45

KITA WESTERLUND

16.9.–9.12.2021

Lukukausimaksu 17,00 €

K: 13.1–7.4.2022

Uppmjukande rörelse till musik. Ta med egen matta. Varannan vecka.

Verryttelevää liikuntaa musiikin tahdissa. Oma jumppamatto mukaan. Joka toinen viikko.

Vattengymnastik / Vesiliikunta

VATTENGYMNASTIK MED REDSKAP A / VESIJUMPPAA VÄLINEIDEN KANSSA A

Simhallen
Repslagaregatan 16

830115H / 830115V

EMILIO LASSFOLK

ti 13.00–13.45
14.9.–7.12.2021
11.1.–5.4.2022

Terminsavgift 22,00 €

Uimahalli
Köydenpunojankatu 16

ti 13.00–13.45
14.9.–7.12.2021
11.1.–5.4.2022

Lukukausimaksu 22,00 €

VATTENGYMNASTIK MED REDSKAP C / VESIJUMPPAA VÄLINEIDEN KANSSA C

Simhallen
Repslagaregatan 16

830117H / 830117V

EMILIO LASSFOLK

fre 13.45–14.30
17.9.–10.12.2021
14.1.–8.4.2022

Terminsavgift 22,00 €

Uimahalli
Köydenpunojankatu 16

pe 13.45–14.30
17.9.–10.12.2021
14.1.–8.4.2022

EMILIO LASSFOLK

Lukukausimaksu 22,00 €

VATTENGYMNASTIK MED REDSKAP B / VESIJUMPPAA VÄLINEIDEN KANSSA B

Simhallen
Repslagaregatan 16

830116H / 830116V

EMILIO LASSFOLK

ti 14.00–14.45
14.9.–7.12.2021
11.1.–5.4.2022

Terminsavgift 22,00 €

Uimahalli
Köydenpunojankatu 16

ti 14.00–14.45
14.9.–7.12.2021
11.1.–5.4.2022

Lukukausimaksu 22,00 €

830115H/V / 830116H/V / 830117H/V

Vattengymnastik med lätt motstånd i egen takt. Terapibassängen. Max 12 deltagare. Simhallsavgift tillkommer. OBS! Ingen kurs under vecka 42!

Vesijumppaa kevyttä vastusta käyttäen omassa tahdissa. Terapia-allas. Enintään 12 osallistujaa. Uimahallimaksu tulee lähaksi. HUOM! Ei kurssia viikolla 42!

MUSKELSTÄRKANDE VATTENGYMNASTIK / LIHAKSIA VAHVISTAVAA VESIJUMPPAA

830118H/V

Simhallen
Repslagaregatan 16

ons 13.00–13.45

EMILIO LASSFOLK

15.9.–8.12.2021

Terminsavgift 22,00 €

12.1.–6.4.2022

Muskelstärkande vattengymnastik för hela kroppen, görs i egen takt. Terapibassängen. Max 12 deltagare. Simhallsavgift tillkommer. OBS! Ingen kurs under vecka 42!

Uimahalli
Köydenpunojankatu 16

ke 13.00–13.45

EMILIO LASSFOLK

15.9.–8.12.2021

Lukukausimaksu 22,00 €

12.1.–6.4.2022

Lihaksia vahvistavaa vesijumppaa koko keholle omassa tahdissa. Terapia-allas. Enintään 12 osallistujaa. Uimahallimaksu tulee lisäksi. HUOM! Ei kurssia viikolla 42!

VATTENGYMNASTIK REUMA A / VESIJUMPPA REUMA A

Simhallen
Repslagaregatan 16

830119H / 830119V

EMILIO LASSFOLK

ons 14.00–14.45

Terminsavgift 22,00 €

15.9.–8.12.2021

12.1.–6.4.2022

Uimahalli
Köydenpunojankatu 16

ke 14.00–14.45

EMILIO LASSFOLK

15.9.–8.12.2021

Lukukausimaksu 22,00 €

12.1.–6.4.2022

VATTENGYMNASTIK REUMA B / VESIJUMPPA REUMA B

Simhallen
Repslagaregatan 16

830120H / 830120V

EMILIO LASSFOLK

fre 14.30–15.15

Terminsavgift 22,00 €

17.9.–10.12.2021

14.1.–8.4.2022

Uimahalli
Köydenpunojankatu 16

EMILIO LASSFOLK

pe 14.30–15.15

Lukukausimaksu 22,00 €

17.9.–10.12.2021

14.1.–8.4.2022

Mångsidig vattengymnastik för personer som lider av led- och reumatiska besvär. Terapibassängen. Max 12 deltagare. Simhallsavgift tillkommer. OBS! Ingen kurs under vecka 42!

Monipuolista vesijumppaa nivels- ja reumatyyppisistä sairauksista kärsiville. Terapia-allas. Enintään 12 osallistujaa. Uimahallimaksu tulee lisäksi. HUOM! Ei kurssia viikolla 42!

GRUND- OCH DJUPVATTENGYMNASTIK A / MATALAN JA SYVÄNVEDEN JUMPPA A

Simhallen
Repslagaregatan 16

830121H / 830121V

EMILIO LASSFOLK

to 17.15-18.00

16.9.-9.12.2021

Terminsavgift 22,00 €

13.1.-7.4.2022

Uimahalli
Köydenpunojankatu 16

to 17.15-18.00

EMILIO LASSFOLK

16.9.-9.12.2021

Lukukausimaksu 22,00 €

13.1.-7.4.2022

830121H/V / 830122H/V

Ledd vattengymnastik i konditionsbassängens djupa ända. Mångsidiga konditionsböjande övningar i takt till musik. Ta med eget flytbälte om du har. Max 20 deltagare. Simhallsavgift tillkommer. OBS! Ingen kurs under vecka 42!

Ohjattu vesijumppa kuntoaltaan syvässä päissä. Monipuolisista kuntoa kohottavia harjoituksia musiikin tahdissa. Jumppassa käytetään vesijuoksuvietytä. Ota oma vyö mukaan jos sinulla on. Iso allas, syvä osa. Enintään 20 osallistujaa. Uimahallimaksu tulee lisäksi. HUOM! Ei kurssia viikolla 42.

GRUND- OCH DJUPVATTENGYMNASTIK B / MATALAN JA SYVÄNVEDEN JUMPPA B

Simhallen
Repslagaregatan 16

830122H / 830122V

RICHARD LÄTHEENMÄKI

to 18.45-19.30

Terminsavgift 22,00 €

16.9.-9.12.2021

13.1.-7.4.2022

Uimahalli
Köydenpunojankatu 16

to 18.45-19.30

RICHARD LÄTHEENMÄKI

16.9.-9.12.2021

Lukukausimaksu 22,00 €

13.1.-7.4.2022

Språk / Kielet

RYSKA FÖR NYBÖRJARE / VENÄJÄÄ ALOITTELIJOILLE

120601

Online kurs

POLINA ATTIE

ons 18.00–19.30

Kursavgift 33,00 €

15.9.–8.12.2021

Kurssilla opit venäjän kielen perusteet: aakkoset, kielisoppi, fraaseja ja käytännöllistä turistivenäjää.

Ilmoittautuminen päättyy 12.9.2021.

Online-kurssi

POLINA ATTIE

ke 18.00–19.30

Kurssimaksu 33,00 €

15.9.–8.12.2021

Kursgården Kristina, rum 3

Västra Långgatan 34 A

NATALIA KALEVA

må 18.00–19.30

13.9.–13.12.2021

Terminsavgift 33,00 €

10.1.–4.4.2022

Kurssitalo Kristiina, huone 3

Läntinen pitkäkatu 34 A

NATALIA KALEVA

ma 18.00–19.30

13.9.–13.12.2021

Lukukausimaksu 33,00 €

10.1.–4.4.2022

Tandemspråkkursen är avsedd både för finländare som vill lära sig ryska och för ryskspråkiga invandrare som vill lära sig finska. Vi övar på två olika språk på ett roligt sätt. Vi pratar mycket men lär oss också grammatik enligt behov.

Tandemkielikurssi on tarkoitettu sekä suomalaisille, jotka oppivat venäjää, että venäjänkielisille maahanmuuttajille, jotka oppivat suomea. Harjoitellaan kahta kieltä hauskalla tavalla. Puhutaan paljon, mutta kielisoppi tarpeen mukaan.

SPRÅKKURS I FINSKA / SUOMEN KIELEN KURSSI

120105H / 120105V

- FÖR DEN SOM FÖRBEREDER SIG FÖR DEN ALLMÄNNA SPRÅKEXAMEN (YKI) (LILLA SPRÅKPROVET)
- YLEISEEN KIELITUTKINTOON (YKI) VALMISTAUTUVILLE (PIENI KIELIKOE)

Kursgården Kristina, rum 3
Västra Långgatan 34 A

AULI PITKÄKOSKI

Terminsavgift 40,00 €

ti 17.00–19.30

14.9.–7.12.2021

11.1.–5.4.2022

Kurssitalo Kristiina, huone 3
Läntinen pitkäkatu 34 A

AULI PITKÄKOSKI

Lukukausimaksu 40,00 €

ti 17.00–19.30

14.9.–7.12.2021

11.1.–5.4.2022

Kursen lämpar sig för dig som vill förbättra dina kunskaper i finska eller öva inför YKI-examen (nivåer 3–4). Vi pratar och lyssnar samt skriver och läser olika slags texter. Vi använder ett mångsidigt vardagsspråk och kanslispråk på ett roligt sätt. Undervisningsspråk finska.

Kurssi sopii sinulle, joka haluat kehittää suomen kielen taitoasi tai harjoitella YKI-tutkintoa (tasot 3-4) varten. Kurssilla puhumme ja kuuntelemme sekä kirjoitamme ja luemme monenlaisia tekstejä. Käytämme monipuolisesti arkikielty ja virastokielty unohtamatta huumoria ja hauskuutta opiskelussa.

KONVERSATIONSKURS I SVENSKA / RUOTSIN KESKUSTELUKURSSI

120201H / 120201V

Kursgården Kristina, rum 1
Västra Långgatan 34 A

JOANNA SKOMARS

Terminsavgift 33,00 €

må 18.00–19.30

13.9.–13.12.2021

10.1.–4.4.2022

Kurssitalo Kristiina, huone 1
Läntinen pitkäkatu 34 A

JOANNA SKOMARS

Lukukausimaksu 33,00 €

Har du lärt dig en del svenska, men känner dig osäker när du ska använda den? Den här kursten kan hjälpa dig att bli säkrare och kanske till och med tycka att det är lite roligt att tala svenska.

Osaatko jonkin verran ruotsia, mutta koet itsesi epävarmaksi kielten käytön suhteen? Tämä kurssi auttaa sinua saamaan lisää varmuutta kielitaitoosi ja mahdollisesti tuntemaan, että ruotsin kielten puhuminen voi olla jopa hauskaa.

SPANSKA FÖR NYBÖRJARE / ESPANJAA ALOITTELIJOILLE

120701H / 120701V

Kursgården Kristina, rum 1
Västra Långgatan 34 A

JOANNA SKOMARS

Terminsavgift 33,00 €

må 16.00–17.30

13.9.–13.12.2021

10.1.–4.4.2022

Lär dig spanska på ett levande sätt utan att behöva börja traggla långa listor med verbböjningar! Passar även för dig med en del förkunskaper.

Opi espanjaa käytännönläheisesti ilman pitkiä verbaivutuslistojen päättämistä! Soveltuu myös sinulle, jolla on jo jonkin veran pohjatietoja. Opetuskieli ruotsi.

Kurssitalo Kristiina, huone 1
Läntinen pitkäkatu 34 A

JOANNA SKOMARS

Lukukausimaksu 33,00 €

ma 16.00–17.30

13.9.–13.12.2021

10.1.–4.4.2022

Litteratur & Skrivande / Kirjallisuus & Kirjottaminen

SKRIVARGLÄDJE / KIRJOITTAMISEN ILO (6 GGR/KERTAA)

130201H / 130201V

Kursgården Kristina, rum 3
Västra Långgatan 34 A

DENNIS RUNDT

Terminsavgift 22,00 €

to 18.30–20.00

23.9.–9.12.2021

20.1.–28.4.2022

En kurs för alla ordsnickare: för dig som tycker att livet behöver skrivas för att vara värt att leva, som skriver för att det är ett sätt att leva, som bara tycker om att skriva eller gärna skriver när så behövs – eller helt enkelt har tänkt börja skriva. Under kursen pratar och skriver vi texter. Anmälning senast 13.9.2021.

Kurstillfällen höstterminen:

23.9, 21.10, 4.11, 18.11, 2.12 och 9.12.2021.

Kurstillfällen vårterminen:

20.1, 10.2, 24.2, 17.3, 7.4 och 28.4.2022.

Opetuskieli ruotsi.

Kurssitalo Kristiina, huone 3
Läntinen pitkäkatu 34 A

DENNIS RUNDT

Lukukausimaksu 22,00 €

to 18.30–20.00

23.9.–9.12.2021

20.1.–28.4.2022

HELGKURS I KREATIVT SKRIVANDE (NOVELL) / LUOVAN KIRJOITTAMISEN VIikonloppukurssi (NOVELLI)

130202

Online kurs

SANNA-LEENA KNUUTTILA

fre 18.00–20.30

lö 10.00–15.00

Kursavgift 17,00 €

8–9.10.2021

Online-kurssi

SANNA-LEENA KNUUTTILA

pe 18.00–20.30

la 10.00–15.00

Kurssimaksu 17,00 €

8.–9.10.2021

Kom med på ett skrivveckoslut med avslappnad stämning och låg tröskel där vi bland annat söker inspiration, skapar karakterer, bygger dialoger och funderar på berättelsen ur olika synvinklar. Kursen lämpar sig för alla som är intresserade av att skriva. Online kurs. Undervisningsspråk finska. Anmälning senast 27.9.2021.

Tule mukaan rentoona, matalaan kynnyksen kirjoittamisen viikonloppuun, jossa muun muassa etsitään virikkeitä, luodaan henkilö-hahmoja, rakennetaan dialogeja ja mietitään tarinan näkökulmia. Kurssi sopii kaikille kirjoittamisesta kiinnostuneille. Online-kurssi. Ilmoittautuminen päättyy 27.9.2021.

HELGKURS I KREATIVT SKRIVANDE (TEXTSTILAR) / LUOVAN KIRJOITTAMISEN VIikonloppukurssi (TEKSTILAJIT)

130203

Online kurs

SANNA-LEENA KNUUTTILA

fre 18.00–20.30

lö 10.00–15.00

Kursavgift 17,00 €

5–6.11.2021

Online-kurssi

SANNA-LEENA KNUUTTILA

pe 18.00–20.30

la 10.00–15.00

Kurssimaksu 17,00 €

5.–6.11.2021

Vill du skriva och utveckla ditt skrivande? Kom med på en rolig helg i skrivandets tecken, där vi skriver bl.a. sagor, deckartexter och dialoger. Kursen passar alla som har en vilja att pröva på olika textstilar. Online kurs. Undervisningsspråk finska. Anmälning senast 21.10.2021.

Haluatko kirjoittaa ja kehittyä kirjoittajana? Tule mukaan hauskaan kirjoittamisen viikonloppuun, jossa kirjoitetaan muun muassa satuja, dekkaritestejä ja dialogeja. Kurssi sopii kaikille, joilla on halu kokeilla erilaisia tekstilajeja. Online-kurssi. Ilmoittautuminen päätyy 21.10.2021.

Historia

BERÄTTARCAFE / TARINAKAHVILA (6 GGR/KERTAA)

130101H / 130101V

Kursgården Kristina, rum 3
Västra Långgatan 34 A

DENNIS RUNDT

Terminsavgift 22,00 €

to 18.30–20.00

16.9.–25.11.2021

13.1.–21.4.2022

Kurssitalo Kristiina, huone 3
Läntinen pitkäkatu 34 A

DENNIS RUNDT

Lukukausimaksu 22,00 €

to 18.30–20.00

16.9.–25.11.2021

13.1.–21.4.2022

Kristinestad är fullt av minnen och historier. Vi minns och berättar, lyssnar, diskuterar och dokumenterar där så är önskvärt och möjligt.

Kurstillfällen höstterminen:

16.9., 30.9., 7.10., 28.10., 11.11 och 25.11.2021.

Kurstillfällen vårterminen: 13.1., 27.1., 17.2., 10.3., 24.3 och 21.4.2022.

Kristiinankaupunki on täynnä muistoja ja historiaa. Muistelemme ja kerromme, kuuntelemme, keskustelemme ja dokumentoimme mahdollisuuksien mukaan niistä kiinnostavimmat.

Syksyn kurssikerrat:

16.9., 30.9., 7.10., 28.10., 11.11. ja 25.11.2021.

Kevään kurssikerrat:

13.1., 27.1., 17.2., 10.3., 24.3. ja 21.4.2022.

SLÄKTFORSKNING / SUKUTUTKIMUS

130102H / 130102V

Stadsbiblioteket
Salutorget 1

LEIF SJÖQVIST

Terminsavgift 33,00 €

ti 18.00–19.30

14.9.–30.11.2021

11.1.–29.3.2022

Kaupunginkirjasto
Kauppatori 1

LEIF SJÖQVIST

Lukukausimaksu 33,00 €

ti 18.00–19.30

14.9.–30.11.2021

11.1.–29.3.2022

Släktforskning från kyrkböcker samt på internet och med olika släktprogram.

Sukututkimusta kirkonkirjojen, internetti sekä sukututkimusohjelmien avulla.

Samhällsämnen / Yhteiskunnalliset aiheet

FRUKOSTKLUBB / AAMIAISKLUBI

999901

Restaurant Crazy Cat
Salutorget 1

SVEN ROENDAHL

ons 9.00–10.00
15.9.–1.12.2021

Kursavgift 10,00 €

Restaurant Crazy Cat
Kauppatori 1

SVEN ROENDAHL

ke 9.00–10.00
15.9.–1.12.2021

Kurssimaksu 10,00 €

Kom och njut av en god frukost i glada vänners lag. Aktuella teman diskuteras vid varje tillfälle med en inbjuden gäst. Frukostavg. 10 €/gång tillkommer.

Kurstillfällen: 15.9, 6.10, 27.10, 17.11 och 1.12.

Tule nauttimaan hyvästä aamaisesta iloisessa seurassa. Jokaisessa tilaisuudessa keskustellaan ajankohtaisista aiheista kutsuvieraan johdolla. Aamiaismaksu 10 €/kerta tulee lisäksi.

Kurssipäivämäärät: 15.9., 6.10., 27.10., 17.11. ja 1.12.

NÄRDEMOKRATI, EN MEDBORGARPANEL (6 GGR) LÄHIDEMOKRATIA, KANSALISPANEELI (6 KERTAA)

320201H / 320201V

Kursgården Kristina, rum 3
Västra Långgatan 34 A

DENNIS RUNDT

ons 18.30–20.00
15.9.–24.11.2021
12.1.–20.4.2022

Terminsavgift 22,00 €

Kurssitalo Kristiina, huone 3
Läntinen pitkäkatu 34 A

DENNIS RUNDT

ke 18.30–20.00
15.9.–24.11.2021
12.1.–20.4.2022

Lukukausimaksu 22,00 €

MI:s medborgarpanel diskuterar och tycker till om lokala angelägenheter som sjukvården, inre hamnen, underhållet av gator, vägar och torg. Hur motverkar vi avbefolkningen? Hur ser ett nytt samhälleligt företagande och nya former av socialt och ekonomiskt samarbete ut?

KO:n kansalaispaneeli keskustlee ja ilmaisee mielipiteitäan paikallisista asioista kuten sairaanhoidosta, sisäsatamasta, katujen, teiden ja torin kunnossapidosta. Miten torjumme väestön vähenemistä? Millaista on uusi yhteiskunnallinen yrittäjyys sekä uudet sosiaaliset ja taloudelliset yhteistyömuodot?

Kurstillfällen höstterminen / Syksyn kurssikerrat:
15.9, 29.9, 6.10, 27.10, 10.11 & 24.11.2021.

Kurstillfällen vårterminen / Kevään kurssikerrat:
12.1, 26.1, 16.2, 9.3, 23.3 & 20.4.2022.

Personlig utveckling / Henkilökohtainen kehitys

FINANSIELLI FRIHET / TALOUEDELLINEN VAPAUTUS (2 GGR/KERTAA)

310101

Opetuskieli ruotsi. Kurssi järjestetään suomeksi keväällä.

Kulturhuset DUX
Sjögatan 21

JOHANNA BJÖRKELL

to 18.00–20.15

14.10 & 4.11.2021

Kurssavgift 22,00 €

Kulttuuritalo DUX
Merikatu 21

JOHANNA BJÖRKELL

to 18.00–20.15

14.10. & 4.11.2021

Kurssimaksu 22,00 €

Det här är en kurs för alla: för dig som är trött på att leva på kreditkort eller för dig som vill tjäna storkovan eller dig som vill pensionera dig tidigt. Här går vi igenom Dave Ramseys babysteg för att ta dig ur skuld och går vidare till hur man kommer vidare så att man kan bli finansiellt fri och sedan kan pensionera sig tidigt om man så vill. I världen sveper FIRE (Financial Independence Retire Early) rörelsen fram. Kom med du också! Dvs. kursen är din oavsett om du redan sparar mycket pengar och redan har ekonomisk framgång eller om du kämpar med pengarna varje dag. Om situationen så kräver kan kursen ordnas online. Anmälning senast 27.9.2021.

MINIMALISM – RENSA I RÖRAN, I GARAGET OCH LIVET (2 GGR) / MINIMALISMI – KARSI TAVARAAN AUTOTALLISSA JA ELÄMÄSSÄ (2 KERTAA)

999902

Opetuskieli ruotsi. Kurssi järjestetään suomeksi keväällä.

Kulturhuset DUX
Sjögatan 21

JOHANNA BJÖRKELL

to 18.00–20.15

30.9–21.10.2021

Kurssavgift 22,00 €

Kulttuuritalo DUX
Merikatu 21

JOHANNA BJÖRKELL

to 18.00–20.15

30.9.–21.10.2021

Kurssimaksu 22,00 €

Upplever du att du inte äger saker mera utan att sakerna äger dig? Att du drunchnar i saker - egna eller andras, ärvda eller givna? Då är det här kursen för dig. Du behöver inte äga alla saker du har i ditt hem eller i förråd. Du behöver inte heller bli minimalist. Men behöver du lite knep om hur man börjar när sakerna överväldigar dig ibland p.g.a. livet, någon diagnos du eller någon i din familj har, händelser du inte rår över osv. och vill "declutter" som är engelska för skära ner på överloppssaker, eller vill skära ner på antal saker på grund av en flytt, pension eller tom för att hjälpa dina efterlevande s.k. svensk dödssättning så ger kursen dig verktyg för det. Vi lär oss tips om sälja, återvinna och ge bort på ett ansvarsfullt sätt. Minimalismens principer fungerar också i resten av livet, så välkommen med och förenkla ditt liv, din städning och ditt sinne. Om situationen så kräver kan kursen ordnas online. Sista anmälningsdag 16.9.2021.

Ledarskap och kommunikation / Johtajuus ja viestintä

NÄR SNACKET HAR BETYDELSE / KUN KESKUSTELULLA ON MERKISTYSTÄ (3 GGR/KERTAA)

339801

Kulturhuset DUX
Sjögatan 21

ANNA BERTILLS

Kursavgift 27,00 €

Kulttuuritalo DUX
Merikatu 21

ANNA BERTILLS

Kurssimaksu 27,00 €

ons 17.00–20.15

6–27.10.2021

ke 17.00–20.15

6.–27.10.2021

God kommunikation utgör grunden för välmående arbetsklimat och ett gott ledarskap. En god kommunikation svarar på både interna och externa behov. För att lyckas med den externa kommunikationen måste kommunikationen också fungera internt. Att bygga upp en hållbar kommunikation handlar också om att stärka företagskulturen och ta fram värderingar som alla medarbetare bottnar i. Det finns många olika sätt att mäta gott ledarskap och aktiva medarbetare men gemensamt kan man säga att det handlar om en god kommunikation. Vad är god kommunikation egentligen, hur når man den? Och hur vårdar man det varje dag? I kursen ingår en genomgång av organisationer i förändring, kommunikation när den är som bäst och praktisk träning i hur man når kommunikativa målsättningar. Anmälning senast 24.9.2021.

Opetuskieli ruotsi. Ilmoittautuminen päättyy 24.9.2021.



Hälsa / Terveys

TRE® STRESSHANTERING I GRUPP / TRE® STRESSINHALLINTAA RYHMÄSSÄ

830201

Kursgården Kristina, danssal
Västra Långgatan 34

STEFAN HÄRMÄLÄ KASSAY

Kursavgift 20 €

Kurssitalo Kristiina, tanssisali
Läntinen pitkäkatu 34

STEFAN HÄRMÄLÄ KASSAY

ons 18.00–20.00

6–13.10.2021

Kurssimaksu 20 €

ke 18.00–20.00

6.–13.10.2021

TRE® är en självhjälpsmetod för stresshantering som hjälper individer släppa spänningar i musklerna, vilket i sin tur lugnar ångest i våra sinnen genom att väcka en muskulär skaknings-process i kroppen. Undervisningsspråk svenska. Anmälning senast 24.9.2021.

TRE® on stressinhallinnallinen itsehoitomenetelmä, joka poistaa lihasten jännitystiloja, mikä puolestaan helpottaa psykkistä ahdistusta saamalla kehossa aikaan lihasten tärinää. Opetuskieli ruotsi. Ilmoittautuminen päättyy 24.9.2021.



FOOTBIC & SPIRAL STABILISERING / FOOTBIC & SPIRAALISTABILAATIO

830202

Kursgården Kristina, danssal
Västra Långgatan 34

TARJA TEKONIEMI

lö 10.00–13.00

30.10.–6.11.2021

Kursavgift 20,00 €

Kurssitalo Kristiina, tanssisali
Läntinen pitkäkatu 34

TARJA TEKONIEMI

la 10.00–13.00

30.10.–6.11.2021

Kurssimaksu 20,00 €

FOOTBIC-fötörningar aktiverar fotulans muskler som också påverkar ryggens och nackens samt hela kroppens välmående. SPIRAL STABILISERING (ryggens välmående) är en kroppshanteringsmetod med vilken vårdas smärtillstånd i ryggen och nacken. Syftet med SPS-träning är en bra kroppskontroll och en enhetlig rörelse i vilken spirallinjerna stärks och vertikala muskelkedjor får slappna av. SPS-övningar används även vid problem i skolios, kotmellanskivan och nacken. Fungerar även bra för vård av delade magmusklor och återhämtning efter förlossning. Kursen passar för alla! Kom med att testa! Ta med en egen pilatesmatta. Undervisningsspråk finska. Anmälning senast 8.10.2021.

FOOTBIC jalkateräharjoitteet aktivoivat jalkapohjan lihakset, jotka vaikuttavat myös selän ja niskan, koko kehon hyvinvoiointiin. SPIRAALISTABILAATIO (selän hyvinvoiointi) on kehonhuoltometelmä, jolla hoidetaan selän ja niskan kiputiloja ja toimintaa. SPS-harjoittelussa tavoitteena on koko kehon hallinta ja yhtenäinen liikesuoritus, jossa spiraalinlinjoja vahvistetaan ja vertikaalilinjoja rentoutetaan. SPS-harjoitteita käytetään skolioosin, välilevyjen ja niskan ongelmiaan. Toimii myös vatsalihasten erkauman hoidossa, synnytyksen jälkeiseen palautumiseen. Tunti sopii jo kaiselle! Tule kokeilemaan! Ota mukaan oma pilatesmatto. Ilmoittautuminen päättyy 8.10.2021.

Byggnadsvård / Rakennussuojelu

KOKNING AV RÖDMLYLLA / PUNAMULLAN KEITTÄMINEN

110433

Kursgården Kristina
Västra Långgatan 34 A

LIISUKKA OKSA

Kursavgift 17,00 €

lö 10.00–16.00
25.9.2021

Användningsändamål för rödmylla och recept. Kokning av rödmylla och målningsarbete. Undervisningsspråk finska. Anmälning senast 15.9.2021.

Punamultamaalin käyttökohteet ja reseptit. Maalin keitto ja maalaustyö. Ilmoittautuminen päättyy 15.9.2021.

Kurssitalo Kristiina
Läntinen pitkäkatu 34 A

LIISUKKA OKSA

Kurssimaksu 17,00 €

la 10.00–16.00
25.9.2021

Skogsvård / Metsänhoito

MOTORSÅGSKURS FÖR NYBÖRJARE / MOOTTORISAHAKURSSI ALOITTELJOILLE

710201

Kursgården Kristina, rum 3
Västra Långgatan 34 A

SUSANNE VUOLLET

Kursavgift 17,00 €

ons 17.00–19.30
lö 10.00–13.15

6–9.10.2021

Kurssitalo Kristiina, huone 3
Läntinen pitkäkatu 34 A

SUSANNE VUOLLET

Kurssimaksu 17,00 €

ke 17.00–19.30
la 10.00–13.15

6–9.10.2021

Kurssi muodostuu teoria- ja käytännön osista. Teoriaosassa käydään läpi lyhyesti suojarusteet, moottorisahan huolto ja käyttö sekä puun kaadossa huomioitavat asiat. Käytännön osassa menemme metsää ja opettelemme puun kaatoa. Painopiste turvalisessa ja ergonomisessa moottorisahan käytössä. Omat turvarusteet mukaan (kuulosuojat, kypärä, lisätietoa ennen kurssin alkua).

Susanne Vuollet on metsätalousteknikko, työfysioterapeutti YAMK ja hänellä on ammatillinen opettajakoulutus.

Ilmoittautuminen päättyy 29.9.2021.

Datateknik / Tietotekniikka

DATAKURS FÖR SENIORER / TIETOKONEKURSSI SENIOREILLE

340101H / 340101V

Kursgården Kristina, rum 1
Västra Långgatan 34 A

TOMAS KARLSSON

Terminsavgift 52,00 €

ons 10.30-13.00

15.9.-8.12.2021

12.1.-6.4.2022

Kurssitalo Kristiina, huone 1
Läntinen pitkäkatu 34 A

TOMAS KARLSSON

Lukukausimaksu 52,00 €

ke 10.30-13.00

15.9.-8.12.2021

12.1.-6.4.2022

På kursen lär du dig bl.a. hur du använder din e-post, olika funktioner med Google (sökfunktion, översättning, Google maps), skriva text i dokument. Vi bekantar oss också med olika sociala mediers funktioner (Facebook, Instagram). Du lär dig hur du deltar eller håller möten via Microsoft Teams eller Zoom. Kursinnehållet kan modifieras enligt kursdeltagarnas önskemål. Det finns bärbara datorer till förfogande för kursdeltagarna, men du kan också ha med din egen.

Kurssilla opit mm. sähköpostin ja eri Googlen toimintojen (hakutoiminto, käännös, Google maps) käyttöä, ja tekstin kirjoittamista asiakirjaan. Tutustumme myös erilaisiin sosiaalisen median toimintoihin (Facebook, Instagram). Opit, miten osallistut kokouksiin tai järjestät kokouksia Microsoft Teamsin tai Zoomin kautta. Kurssin sisältöä voidaan muokata osallistujien toiveiden mukaiseksi. Osallistujien käyttöön on varattu kannettavia tietokoneita, mutta voit ottaa mukaasi myös oman koneen.

Företagsamhet / Yrittäjyys

NATURFÖRETAGANDE / LUONTOYRITTÄJYYS

310201

Hemslöjdsgården
Strandgatan 18

ANGELIQUE IRJALA & SARA HOXELL

Kursavgift 15,00 €

to 18.00-20.30

4.11.2021

Hemslöjdsgården
Rantakatu 18

ANGELIQUE IRJALA & SARA HOXELL

Kurssimaksu 15,00 €

Under kurserna får du lära dig om naturföretagande och hållbarhet, hur du som naturföretagare är som ambassadör för natur och kulturarv och hur du kan integrera din verksamhet med naturen. Du får inspiration till att skapa upplevelser som förändrar och utvecklar. Kursen ger dig en dos uppmuntrande i att ta steget och våga satsa, en självförtroendeboost och mental träning. Anmälning senast 15.10.2021.

Kurssilla opit luontoyrittäjyydestä ja kestävyydestä, miten sinä luontoyrittäjänä olet luonnon ja kulttuuriperinnön suurlähettiläs ja miten voit yhdistää toimintasi luontoon. Saat inspiraatiota muutosta tuoven uusien kokemusten luomiseen. Kurssi antaa sinulle rohkeutta ja uskallusta ryhtyä luontoyrittäjäksi, itsevarmuutta ja henkilistä harjistusta. Opetuskieli ruotsi. Ilmoittautuminen päättyy 15.10.2021.

Inredning / Sisustus

SKAPA KÄNSLA I DITT HEM / LUO TUNNELMAA KOTIISI

139801

Hemslöjdsgården
Strandgatan 18

ANNA HÄGGBLOM

Kursavgift 22,00 €

Hemslöjdsgården
Rantakatu 18

ANNA HÄGGBLOM

Kurssimaksu 22,00 €

ons 18.00–20.00

3.11.2021

ke 18.00–20.00

3.11.2021

Genom att välja olika färger, föremål och strukturer skapar vi olika stämningar. Det är egentligen väldigt lätt, och oftast har vi redan allt vi behöver hemma. Det gäller bara att se på sitt hem lite annorlunda ögon! Detta är en kväll för inspiration, tips och råd kring ditt egena hem. Ta några foton av ett rum innan du kommer.

Anna Häggbloom har jobbat med inredning på Aveo i över 15 år, hennes passion är att skapa inredningar som bidrar till rummets ändamål. Tex. Hur sover man bättre i ett sovrum eller hur lär man sig bättre i ett klassrum? Anmälning senast 11.10.2021.

Opetuskieli ruotsi. Ilmoittautuminen päättyy 11.10.2021.



Trädgårdsskötsel / Puutarhanhoito

SKÖTSEL AV RUMSVÄXTER / HUONEKASVIEN HOITO

710303

Kursgården Kristina, rum 4
Västra Långgatan 34 A

MARKO AHOLA

ti 17.30–20.00
30.11.2021

Kursavgift 10,00 €

Kurssitalo Kristiina, huone 4
Läntinen pitkäkatu 34 A

MARKO AHOLA

ti 17.30–20.00
30.11.2021

Kurssimaksu 10,00 €

I kursen ingår en teori- och en praktikdel. Placering, köp, skötsel och klippning av rumsväxter samt olika arter, växtskydd, växtsjukdomar och jordbyte. Vi byter jord på några grönväxter samt över på att klippa, duscha och gödsla grönväxter. Läraren tar med sig nödvändigt material. Om situationen så kräver kan kursen ordnas online. Undervisningsspråk finska. Sista anmälndag 15.11.2021.

Kurssi sisältää teoria ja käytännön jakson. Huonekasvien sijoitus, osto, hoito, leikkaus, lajikkeet, kasvinsuojelu, kasvitaudit ja mullan vaihto. Vaihdetaan mullat muutamiin viherkasveihin sekä leikataan, suihkutetaan ja lannoitetaan. Opettaja tuo mukanaan tarvittavat välineet ja materiaalia. Tilanteen vaatiessa kurssi voidaan järjestää online-kurssina. Ilmoittautuminen päättyy 15.11.2021.

TA HAND OM DINA ROSOR / RUUSUJEN HOITO

710301

Kursgården Kristina, rum 3
Västra Långgatan 34 A

MARKO AHOLA

fre 17.30–20.00
15.10.2021

Kursavgift 10,00 €

Kurssitalo Kristiina, huone 3
Läntinen pitkäkatu 34 A

MARKO AHOLA

pe 17.30–20.00
15.10.2021

Kurssimaksu 10,00 €

Kom med att lyssna och lära dig om skötsel av buskrosor och förädlade rosor. Du får med dig enkla skötselanvisningar som du kan utnyttja i din egen trädgård. Vi går igenom plantering, gödsling, skötsel, klippning osv. Kursen kan även ordnas som online-kurs om situationen så kräver. Undervisningsspråk finska. Anmälning senast 1.10.2021.

Tule opettelemaan, kuuntelemaan, oppimaan pensas- ja jaloruusujen hoidosta. Saat mukaasi helpot hoito-ohjeet, joita voit hyödyttää kotipihallasi. Käymme läpi mm. istutus, lannoitus, hoito, leikkaus, jne. Tilanteen vaatiessa kurssi voidaan järjestää online-kurssina. Ilmoittautuminen päättyy 1.10.2021.

GÖDSLÄ RÄTT / LANNOITA OIKEIN

710302

Kursgården Kristina, rum 3
Västra Långgatan 34 A

MARKO AHOLA

Kursavgift 10,00 €

fre 17.30–20.00
19.11.2021

Kurssitalo Kristiina, huone 3
Läntinen pitkäkatu 34 A

MARKO AHOLA

Kurssimaksu 10,00 €

pe 17.30–20.00
19.11.2021

Vi går igenom växternas gödsling under olika årstider, hur man gödslar och vilka gödslingsmedel man ska använda, kalkning, naturlig gödsling, enkla hemtips osv. Du får med dig enkla anvisningar som du kan använda i din egen trädgård. Ta med anteckningsmaterial. Om situationen så kräver kan kursen ordnas som online-kurs. Undervisningsspråk finska. Anmälning senast 4.11.2021.

Käymme läpi mm. Kasvien lannoitus eri vuodenaikoina, miten ja millä lannoitat, kalkitus, luonnollinen lannoitus, helpot kotikonsit, jne. Saat mukaasi helpot ohjeet joita voit hyödyntää kotipihallesi. Ota mukaan muistiinpanovälineet ja valpas mieli. Tilanteen vaatiessa kurssi voidaan järjestää online-kurssina. Ilmoittautuminen päättyy 4.11.2021.

Matlagning / Ruuanlaitto

LÄR DIG HANTERA OCH RÖKA INHEMSK FISK / KOTIMAISEN KALAN KÄSITTELYÄ JA SAVUSTUSTA

810202

Kursgården Kristina
Västra Långgatan 34

PEKKA IKOLA & HELEENA VATTULA

Kursavgift 10,00 €

ons 17.00–20.00
22.9.2021

Kurssitalo Kristiina
Läntinen pitkäkatu 34

PEKKA IKOLA & HELEENA VATTULA

Kurssimaksu 10,00 €

Vi hanterar inhemska fisk. Vi bekantar oss med olika sätt att filera fisk och rökning av fisk i eldriven rökugn. Smakprov!

Kurssilla käsittelemme kotimaista kalaa. Tutustumme erilaisiin kalojen fileeraukseen ja savustukseen sähkösavustimella. Maistisia!

Sjöfart / Vesiliukenne

SKÄRGÅRDSNAVIGATION – NAVIGATION FÖR BÅTFÖRARE 1 / SAARISTONAVIGOINTI

510201

Kursgården Kristina, rum 1
Västra Långgatan 34 A

ANN-CHRISTINE SJÖBLOM

Kursavgift 40,00 €

ons 18.00–20.30
15.9.–24.11.2021

Du lär dig tolka och använda sjökort, känna igen sjömärken samt grunder i navigering. Du bekantar dig med internationella sjövägsregler och sjötrafiklagen. Kursmaterialet beställs på första kurs tillfället. Opetuskieli ruotsi.

Kurssitalo Kristiina, huone 1
Läntinen pitkäkatu 34 A

ANN-CHRISTINE SJÖBLOM

Kurssimaksu 40,00 €

ke 18.00–20.30
15.9.–24.11.2021



Kurserna presenteras inom projektet Institutet 3.0, finansierat av UBS.
Kurssit esitellään Institutet 3.0 projektissa, joka on Opetusministeriön rahoittama.

NÄTBASERAT I NEJDEN ALUEEN VERKKOKURSSIT

Närpes vuxeninstitut, Malax-Korsnäs MI, Vasa medborgarinstitut Alma, Korsholms vuxeninstitut, Kristinestads MI och Vörå MI erbjuder många nätbaserade kurser för dig!

Här hittar du några av kurserna, men besök institutens webbplatser för att ta del av hela kursutbudet.
Anmälan till kurserna enligt institutens egna anvisningar.

Närpiön aikuisopisto, Maalahden-Korsnäsin kansalaisopisto, Vaasan kansalaisopisto Alma, Mustasaaren aikuisopisto, Kristiinankaupungin kansalaisopisto ja Vöyrin kansalaisopisto tarjoavat monia verkkokursseja sinulle!

Täältä löydät muutamia kursseja, mutta opistojen verkkosivuilta löytyy koko kurssitarjonta. Kursseille ilmoittautuminen tapahtuu kunkin opiston omien ohjeiden mukaisesti.



vuxeninstitutet.narpes.fi

Norska 1 online
22.9-24.11 kl.17-18

Skriv på svenska online
18.9-27.11 kl.10-10:45



MALAX-KORSNÄS
medborgarinstitut

mi.malax.fi

Viltvård för jägarexamen online
21.9-2.11 kl. 8:30-20:45

Biogas som fordonsbränsle, online
1.11 kl.18:30-19:30

Painonhallinta verkossa

8.9-17.11 klo 17-18

Yoga in English Online

6.9-8.11 kl. 18-19:15

Pilates verkossa

9.9-18.11 klo 17-18

Kehonhuolto E verkossa

10.9-3.12 klo 10-11:30

Française 2, conversation en ligne

7.9-16.11 kl. 17:45-18:45



V A A S A . V A S A .
ALMA

vasa.fi/alma

Mat från Italien | Ruokaa Italiasta

20.11 kl./klo 15-19

Hatha yoga

15.9-24.11 kl. 20-21

Vinyasa Flow Yoga

13.9-15.11 kl./klo 19:15-20:15



vuxeninstitutet.korholm.fi

Venäjän kielen alkeet, aakkoset, kielioffi, matkailusanastoa ja fraaseja

15.9-8.12 klo 18-19:30

Luovan kirjoittamisen viikonloppukurssi (tekstilajit)

5.11 klo 18- 20:30 & 6.11. klo 10-15

Luovan kirjoittamisen viikonloppukurssi (novelli)

8.10. klo 18.20:30 & 9.10. klo 10-15



kristinestad.fi/medborgarinstitutet

Conversación en español

16.9-2.12 & 13.1-21.4 kl.18-18:45

Teckenspråk grund

15.9-17.11 kl.18-20:15

Musikleksis hemma

17.9-26.11 kl.12-12:30



vora.fi/mi



LAPPFJÄRDS
FOLKHÖGSKOLA

Grundkurs i musikteori

Datum: 11–13.11.2021

Pris: 100€

Närstudier och distansarbete

Förbättra dina teorikunskaper genom en distanskurs i musikteori på Lappfjärds folkhögskola. Kursen är riktad till dig som är nybörjare i ämnet eller som vill fräscha upp dina gamla teorikunskaper. Efter avslutad kurs kommer du att ha en grundläggande förståelse för musikteori samt kunskaper och vokabulär för praktisk användning i ditt musicerande och i kommunikationen med andra musiker.

Fortsättningskurs i musikteori

Datum: Hösten 2021

Pris: 100€

Kursen tas på distans

Kursen riktar sig till dig som har grundläggande kunskaper i musikteori men vill ta dina kunskaper ett steg längre. Under kursen går vi igenom material enligt 3/3 nivå som ger dig en gedigen insikt i musikteori. Kursen ger dig också den kunskap och de färdigheter som krävs vid inträdesprov till yrkesutbildning inom musik, t.ex YA och Novia.

Två dagar i studion med coach

Datum: Hösten 2021

Pris: 50€

Närstudier

Kursen riktar sig till alla som vill lära sig grunderna i musikinspelning. Kursen omfattar två dagar á 5 lektioner och genomförs i vår toppmoderna inspelningsstudio i Lappfjärd. Vi lär oss om mikrofoner och deras användningsområden, inspelningsmetoder, effektprocessorer och mixning. Dessutom får bandet musicalisk coaching av läraren. Deltagarna kan själva välja att fokusera mer på inspelningsstekniken eller musicerandet.

Kortkurs i låtskrivning

Datum: 23–24.10.2021

Pris: 50€

Närstudier och distansarbete

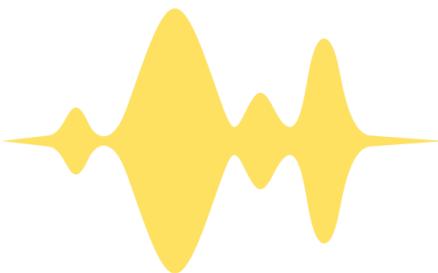
Kursen riktar sig till dig som spelar något instrument eller sjunger och har låtidéer och ambitioner att skriva eget material, men även till dig som inte spelar något instrument men är intresserad av att göra t.ex. egen elektronisk musik (EDM, house etc.). Varje deltagare skriver en låt i den genre som man vill. Under närsudierna har du tillgång till skolans datorer och inspelningsutrustning med Logic som inspelningsprogram.

Kortkurs i låtskrivning för äldre

Datum: 23–24.10.2021

Pris: 50€

Kursen riktar sig till dig som har fyllt 60 år. Under kursens gång går vi igenom olika verktyg och tillvägagångssätt för komposition samt olika verktyg och tillvägagångssätt för textförfattande. Vi tittar på låtens form och melodiskapande i praktiken och arbetar praktiskt med att skriva en låt.



Sångkör

Datum: Två dagar under hösten 2021

Pris: 50€

Närstudier

Körsång i blandad kör. Mera innehåll och info kommer under hösten.

Slöjdkurs på Lafo

Datum: 20.9–2.12.2021

Pris: 100€

Anmälan: Tommy Hemgård, tfn: 040 54 49 199

Närstudier och distansarbete

Kom med och snickra på Lappfjärds folkhögskola. Du kan t.ex. göra en terrasslampa, en fyr till trädgården eller ett traditionenligt julkors.

Anmälan via www.kristinestad.fi/lafo

Kontakt: Casper Sahlström, tfn 040 84 56 870,
casper.sahlstrom@krs.fi

Folkmusikens mångfald från vardag till fest, låtar och folkliga sånger från Svenskfinland

Datum: 3–5.9.2021

Pris: 70€

Närstudier och distansstudier

Kom och lär dig låtar och olika folkliga sånger från Svenskfinland tillsammans med **Marianne Maans** och **Désirée Saarela-Portin**.

Folkmusik från Åland med Siv Ekström

Datum: 1–3.10.2021

Pris: 70€

Närstudier och distansstudier

Siv Ekström är mästerspelman och en mycket erfaren pedagog och folkmusiker. Siv leder folkmusiklaget Kvinnfolk och undervisar vuxna nybörjare på fiol i gruppen Polkan går. Siv Ekström är klasslärare och fil.mag. med bland annat musikvetenskap och folkloristik i ämneskombinationen. Hon har jobbat som lärare på olika stadier och nivåer, både på fastlandet och på Åland.

Maria Kalaniemi

Datum: 5–7.11.2021

Pris: 70€

Närstudier och distansstudier

Kom och möt den finlandssvenska dragspelskonstnären och konstnärsprofessorn **Maria Kalaniemi**. Maria hör till pionjärerna inom den nutida folkmusiken i Finland och hon har under flera årtionden gjort en betydande karriär såväl i Finland som utomlands och moderniserat dragspelet och dragspelsmusiken.

Låtutlärning och djupdykning i spel och sång samt avslutningskonserter och jam

Datum: 6–8.5.2022

Pris: 70€

Närstudier och distansstudier

Låtutlärning och djupdykning i spel och sång samt avslutningskonserter och jam tillsammans med **Marianne Maans** som är folkmusiker och mångsidigt verksam inom olika musikaliska och pedagogiska projekt.

Folkmusik från Syd-Österbotten med I Fäälan

Datum: 4–6.2.2022

Pris: 70€

Närstudier och distansstudier

Kom och möt folkmusiktrion **I Fäälan** som spelar både egen komponerad och traditionell musik från Syd-Österbotten på sitt eget energiska och karakteristiska sätt. I Fäälan består av Mats Granfors på fiol, Kenneth Nordman på fiol och nyckelharpa, Tom Forsman på gitarr och luta.

Det folkliga uttrycket i dagens musik med Désirée Saarela & Triskel

Datum: 3–5.12.2021

Pris: 70€

Närstudier och distansstudier

Tillsammans med **Désirée Saarela & Triskel** lär vi oss om det folkliga uttrycket. Moderna skillingtryck, berättelser, effekter och ljudlandskap förankrade i det folkliga uttrycket blir till dagens musik. Hur kan traditionella sånger och spelmannsmelodier inspirera en att skapa något nytt? I Désirée Saarela & Triskels musik kan man uppleva nutidens singer-songwriter-värld som starkt förankras i ett levande och nyskapande folkmusikuttryck.

Workshop med Esbjörn Hazelius och Johan Hedin från Sverige

Datum: 8–10.4.2022

Pris: 70€

Närstudier och distansstudier

Mera info kommer senare.

Folkmusik från Östnyland med Jarmo Romppanen och Juulia Salonen

Datum: 4–6.3.2022

Pris: 70€

Närstudier och distansstudier

Julia Salonen står stadigt med ena foten i den finlandssvenska och den andra i den finska folkmusiken. Med sin klara skandinaviska röst och sina fängslande historier är hon en mångsidig tvåspråkig aktör som aktivt uppträder, komponerar och undervisar. Hennes huvudinstrument är sång men hon spelar också folkliga blåsinstrument, kantele, slagverk och harmonium. **Jarmo Romppanen** är folkmusiker som uppträder både solo och i olika ensembler. Jarmo är en av de mest betydande spelmännen på mandolininstrument i Norden. Jarmos solorepertoar består förutom skandinaviska och finlandssvenska låtar även av låtar från Karelen. Han spelar även flöjter och improviserar ofta i sitt spel.

Anmälan via www.lafofolkmusikcenter.fi

Kontakt: desiree@lafofolkmusikcenter.fi



Electronic dance music (EDM) and trackmaking

Startup: 28–29.8.2021

Pris: Kursavgift 50€

Närstudier och distansstudier

With Christian Jansson and Janne Hyöty

- Learn contemporary EDM styles. What is what?
- Beatmaking
- Making tracks for topline (that can be used in the next and coming courses)
- Sounds, plugins, software synths, effects and how to use them.

Music business & administration

Startup: 6–7.11.2021

Pris: 50€

Närstudier och distansstudier

With Ann Slangar

- How to run a music business as a company.
- Metadata and DSP's, aggregators.
- Songwriting copyright and rights organizations.
- Master copyright and rights organisations.
- Role of a Music Publisher – do I need one?
- International situations, agreements and splits.

K-Pop

Startup: 15–16.1.2022

Pris: 50€

Närstudier och distansstudier

With Christian Jansson and Janne Hyöty

- Learn how to write and produce songs for the South Korean market.
- All you need to know about K-pop.
(South Korean music industry, history, culture, labels, musical styles and artists).
- Writing and producing songs for K-pop artists.
- Leads and briefs to write for.

Anmälan via www.songwritersacademy.com

Kontakt: info@lafosongwritersacademy.com

J-Pop & C-Pop

Startup: 19–20.2.2022

Pris: Kursavgift 50€

Närstudier och distansstudier

With Janne Hyöty and Christian Jansson

- Learn how to write and produce songs for Japanese and Chinese artists.
- All you need to know about J-pop and C-pop (Japanese and Chinese music industries, history, culture, musical styles, labels and artists).
- Writing and producing songs for Japan and China.
- Leads and briefs to write for.

Topline and modern vocal production

Startup: 2–3.10.2021

Pris: Kursavgift 50€

Närstudier och distansstudier

With Janne Hyöty and Eva Louhivuori

- Writing toplines (melodies and lyrics) to instrumental tracks.
- Producing toplines and vocal arrangements (lead, dubs, harmonies)
- Vocal recording
- Vocal tuning
- Mixing vocals, how to use eq, compression and effects.

Eurovision camp

Startup: 25–27.3.2022

Pris: Kursavgift 50€

Närstudier och distansstudier

With Greig Watts (DWB music, UK) and Janne Hyöty

- Write songs for Eurovision song contest 2023.
- Get your songs submitted!
- Thinking in terms of "concepts" and "stage".
- Learn from people with great Eurovision experience.

Studio live recording, mixing & mastering

Startup: 23–24.4.2022

Pris: Kursavgift 50€

Närstudier och distansstudier

With Janne Hyöty and some skilled session musicians

- Using session-musicians for recording live instruments on songs that the students are working on (drums, bass, keyboard and guitar).
- How to use and mix live instruments in your songs.
- Mastering tips from the pros.

