

TOHMAJÄRVEN KANSALAI SOPISTO



OPINTO-OHJELMA 2026-2027

Tarkemmat kurssikuvaukset
↳ uusi.opistopalvelut.fi/tohmajarvi



TOHMAJÄRVEN KANSALAIPOISTO

Toimistosihteeri

Maarit Svensk 040 105 4104

Rehtori

Liisa Mäenpää 040 105 4110

etunimi.sukunimi@tohmajarvi.fi

kansalaisopisto@tohmajarvi.fi

www.tohmajarvi.fi/kansalaisopisto

Toimiston uusi osoite

Kirkkotie 10 a (käynti pääovesta)

Avoinna ma-to klo 9-15

OPISTON LUKUVUOSI

Syyslukukausi 15.9. – 5.12.2026

(syysloma 12.10. – 18.10.2026)

Kevätlukukausi 11.1. – 25.4.2027

(talviloma 8.3. – 14.3.2027)

ILMOITTAUTUMINEN

Kursseihin ilmoittautuminen alkaa

ma 29.6.2026 klo 9

→ uusi.opistopalvelut.fi/tohmajarvi



Voit ilmoittautua kursseille myös soittamalla: 040 1054104 tai toimistossa: Kirkkotie 10 a **29.6.-3.7.2026 ja 6.8.2026 klo 9 alkaen.**

Ilmoittautuessa sitoudut maksamaan koko lukuvuoden kestävässä kurssissa syksyn ja kevään kurssimaksun.

Syksyn kurssi toteutuu, mikäli kurssille on ilmoittautunut vähimmäismäärän verran opiskelijoita 4.9.2026 mennessä. Tiedotamme kurssin muutoksista tekstiviestillä.

PERUMINEN

Ilmoittautumisen voi perua viimeistään 10 päivää ennen kurssin alkua. Jos kurssia ei peruta asiakas on velvollinen maksamaan koko kurssimaksun.

MAKSAMINEN

Kurssimaksun voi maksaa verkkomaksuna, paperilaskulla tai työsuhde-eduilla. Verkkomaksu maksetaan ilmoittautumisen yhteydessä tai myöhemmin sähköpostiin lähetettävän maksulinkin kautta.

Jos et ole maksanut kurssimaksua verkossa tai maksulinkillä, lähetämme sinulle laskun kurssin alkamisen jälkeen.

OPINTOSETELIAVUSTUS

Eläkeläinen, työtön tai maahanmuuttaja voi hakea 15 euron opintosetelialennusta. Alennusoikeutta voi hakea yhden kerran ilmoittautuessa kurssille valitsemalla kurseista joko **opintoseteli eläkeläiselle, työttömälle tai maahanmuuttajalle**. Se onnistuu myös soittamalla 040 105 4104 tai käymällä toimistolla. **Seteleitä on rajoitettu määrä.**

Huom! Hakiessasi opintoseteliä älä maksa ilmoittautuessasi kurssimaksuja.

TEATTERI

Kemien näytelmäryhmä

Työväentalo, Työväentie 1
Ke 18.00–21.15

4.11.–2.12.2026, 6.1.–19.5.2027

Opiskellaan näyttämötekniikkaa ja improvisaatiota sekä harjoitellaan täyspitkä näytelmä, joka esitetään Maiju Lassila -teatterissa kesällä 2027.

Nuorisoteatteriryhmä 7-12-vuotiaille

Opistotalo Kipinä, tanssisali, Kirkkotie 16
Ti 15.30–17.00

15.9.–1.12.2026, 12.1.–13.4.2027

Ella Eronen

Kurssimaksu 86 €

Tutustutaan teatterin tekemiseen erilaisten harjoitteiden ja leikkien avulla. Aiempaa kokemusta ei tarvitse olla.

Nuorisoteatteriryhmä 12-16-vuotiaille

Opistotalo Kipinä, tanssisali, Kirkkotie 16
Ti 17.00–18.30

15.9.–1.12.2026, 12.1.–13.4.2027

Ella Eronen

Kurssimaksu 86 €

Vauhdikasta nuorisoteatteria yläkoululaisille. Kurssilla harjoitellaan improvisaatiota, esiintymistä ja näytelmän valmistamista.

Talviteatteri, syksy

Wärtsilä-sali, Kirkkotie 10 A

Su 17.00–19.30

20.9.–13.12.2026

Suvi Martikainen

Kurssimaksu 70 €

Roolin rakentamista ja improvisaatioharjoituksia. Näytelmä talvikaudelle 2027.

Wärtsilän pitäjän näytelmäryhmä, kevät

Wärtsilän koulu, Wärtsiläntie 119

Su 14.00–16.30

10.1.–30.5.2027

Anneli Hurskainen

Harjoitellaan täyspitkä näytelmä ja suunnitellaan puvustus, lavastus ja tarpeisto. Esitetään Wärtsilän kesäteatterissa kesällä 2027.

KUVATAIDE JA MUOTOILU

Aikuinen ja lapsi – touhukurssi, lyhytkurssi

La 10.00–16.00, Su 10.00–16.00

27.–28.2.2027

Sari Rinkinen

Kurssimaksu 28 €

Tehdään maalauksia helppoja tekniikoita käyttäen sekä massatöitä ja vaikkapa paperinvalmistusta ja paperimassaa.

Grafiikka viikonloppu, lyhytkurssi

Opistotalo Kipinä, Kirkkotie 16

La 10.00–12.15, Su 10.00–12.15

10.–11.4.2027

Hannaleena Tauro

Kurssimaksu 20 €

Kokeillaan kohopainoa ja syväpainoa.

Ikonimaalaus

Sivistyskeskus Ahjo, käsityöt, Kirkkotie 10 A

La 10.00–16.00

26.9.–12.12.2026, 9.1.–8.5.2027

Anu Koivuniemi

Kurssimaksu 100 €

Opitaan perinteisen ikonien maalaustaidon salat. Kurssi sopii niin vasta-alkajille ja jo pidempään maalanneille. Kerran kuussa.



Kuvataiteen kipinä: opi piirtämään ja maalaamaan

Sivistyskeskus Ahjo, kuvataide, Kirkkotie 10 A
Ti 16.00–17.30

20.10.–1.12.2026, 12.1.–23.2.2027

Sari Rinkinen

Kurssimaksu 64 €

Käydään läpi teoriassa ja käytännössä joitakin piirtämisen ja maalaamisen tekniikoita.

Lasten kuvataide 7-12-vuotiaille

Opistotalo Kipinä, Kirkkotie 16

To 17.00–18.30

17.9.–4.12.2026, 14.1.–15.4.2027

Hannaleena Tauro

Kurssimaksu 86 €

Opetellaan ja kokeillaan erilaisia kuvataiteen menetelmiä: piirustusta, maalausta, paperimassatöitä, savitöitä ja sarjakuvaa.

Lomalaisen kesäpäivä Kirkkoniemessä, lyhytkurssi

Unelmien uimaranta, Kirkkotie 600

La 10.15–16.15

19.6.2027

Sari Rinkinen

Kurssimaksu 28 €

Maalataan ja tehdään meditatiivisia rentoutusharjoituksia käyttäen äänimaljoja, tuulikelloja, energiakelloja ym. rentouttavia instrumentteja.

Luovaa maalausta lauantaisin

Sivistyskeskus Ahjo, kuvataide, Kirkkotie 10 A

La 10.00–16.00

19.9.–5.12.2026, 16.1.–3.4.2027

Sari Rinkinen

Kurssimaksu 78 €

Maalataan omaa inspiraatiota hyödyntäen ilman tiukkoja rajauksia vapaasti luoden. Jatkava ryhmä, johon on tervetulleita myös kaikki uudet maalajat.

Mosaiikki viikonloppu, lyhytkurssi

Opistotalo Kipinä, Kirkkotie 16

La 10.00–12.15

27.3.–3.4.2027

Hannaleena Tauro

Kurssimaksu 20 €

Kokeillaan mosaiikkia tasona ja ruukkuun. Jos on omia kaakelinpaloja tai säröisiä astioita ota mukaan. Opettajalta löytyy myös tarvikkeita.

Posliininmaalaus

Opistotalo Kipinä, Kirkkotie 16

Ma 16.00–18.30

21.9.–7.12.2026, 11.1.–19.4.2027

Leila Hurmalainen

Kurssimaksu 100 €

Opiskellaan posliininmaalausta osallistujien osaamisen mukaan.

Savikippo lauantait, lyhytkurssi

Opistotalo Kipinä, Kirkkotie 16
La 10.00–12.15
19.–26.9.2026
Hannaleena Tauro
Kurssimaksu 20 €
Tehdään astia esimerkiksi teekuppi.

Savityöt

Opistotalo Kipinä, Kirkkotie 16
Ke 17.00–19.00
23.9.–2.12.2026, 20.1.–28.4.2027
Hannaleena Tauro
Kurssimaksu 54 €
Opetellaan savityön perusteet ja muovailaan pieniä koriste- tai käyttöesineitä.
Kokoontumiset joka toinen viikko.

Taivaanrannan maalarit

Sivistyskeskus Ahjo, kuvataide, Kirkkotie 10 A
Ti 17.30–19.45
15.9.–1.12.2026, 12.1.–13.4.2027
Sari Rinkinen
Kurssimaksu 100 €
Tiistaisin Ahjossa jatkava ryhmä, johon myös kaikki uudet ovat tervetulleita.

VedicArt® -syksy, lyhytkurssi

Sivistyskeskus Ahjo, kuvataide, Kirkkotie 10 A
Pe 17.00–20.15, La 9.00–16.00,
Su 9.00–16.00
23.–25.10.2026
Sari Rinkinen
Kurssimaksu 50 €

Aloittaville sekä kurssit käyneille maalareille.

VedicArt® -jatkokurssi peruskurssit käyneille, lyhytkurssi

Sivistyskeskus Ahjo, kuvataide, Kirkkotie 10 A
Pe 17.00–20.15, La 9.00–16.00,
Su 9.00–16.00
20.–22.11.2026
Sari Rinkinen
Kurssimaksu 50 €
Tutustutaan tiettyihin periaatteisiin ja työskennellään hiljaisuudesta käsin.

VedicArt® -periaatteiden täydennyskurssi, lyhytkurssi

Sivistyskeskus Ahjo, kuvataide, Kirkkotie 10 A
Pe 17.00–20.15, La 9.00–16.00,
Su 9.00–16.00
29.–31.1.2027
Sari Rinkinen
Kurssimaksu 50 €
Käydään kurssin aikana läpi kaikkien periaatteiden täydennykset ja maalaamista.

VedicArt® -kevät, lyhytkurssi

Sivistyskeskus Ahjo, kuvataide, Kirkkotie 10 A
Pe 17.00–20.15, La 9.00–16.00,
Su 9.00–16.00
5.–7.3.2027
Sari Rinkinen
Kurssimaksu 50 €
Maalauspäivät, johon on tervetulleita kaikki VedicArt-kurssin käyneet. Käydään läpi Curt Källmannin ajatuksia maalaamisesta luentotyypillisesti ja tehdään hiljaisuudessa maalauksia.

Viiva ja muoto -maalauskurssi, lyhytkurssi

Sivistyskeskus Ahjo, kuvataide, Kirkkotie 10 A

La 10.00–16.00, Su 10.00–16.00

3.–4.10.2026

Sari Rinkinen

Kurssimaksu 45 €

Tutustutaan viivan ja muodon erilaisiin näkemisen ja kokemisen tapoihin. Opitaan näkemään luovasti viivojen taakse.

Kurssipäivinä ohjattu rentoutusharjoitus, jossa apuna rentouttavia instrumentteja.

KÄDENTÄIDOT

Askartelua Kaivolla, syksy

Kaivo, Talluksentie 5

Ke 12.00–13.30

28.10.–9.12.2026

Minna Susi-Ilvonen

Kurssimaksu 25 €

Kauden uudet ideat. Saat selkeät ohjeet ja vinkit. Sopii kaikille!

Askartelua Kaivolla, kevät

Kaivo, Talluksentie 5

Ke 12.00–13.30

17.3.–28.4.2027

Minna Susi-Ilvonen

Kurssimaksu 25 €

Kauden uudet ideat. Selkeät ohjeet ja vinkit. Sopii aloittelijoille ja kokeneemmille tekijöille.

Kahvipussit uusiokäyttöön, syksy

Opistotalo Kipinä, Kirkkotie 16

Ti 11.00–13.15

20.10.–1.12.2026

Sirpa Liimatainen

Kurssimaksu 50 €

Kahvipussitöitä vasta-alkajille ja kokeneemmille tekijöille. Tutustutaan ruutupunontaan, hakaketjutekniikkaan sekä muihin tapoihin käyttäen kahvipusseja.

Kankaan paino viikonloppu, lyhytkurssi

Opistotalo Kipinä, Kirkkotie 16

La 10.00–12.15, Su 10.00–12.15

20.–21.2.2027

Hannaleena Tauro

Kurssimaksu 20 €

Suunnitellaan oma t-paita. Käytetään perustekniikoita "tuputus" ja seulat.

Kasvivärjäys, lyhytkurssi

Opistotalo Kipinä, Kirkkotie 16

La 10.00–12.15, Su 10.00–12.15

3.–4.10.2026

Hannaleena Tauro

Kurssimaksu 20 €

Värjätään lankaa mm. sipulin kuorilla ja sienillä.

Kätevät kädet, Kemie

Opistotalo Kipinä, Kirkkotie 16

To 10.00–13.30

17.9.–3.12.2026, 12.1.–15.4.2027

Laura Palm

Kurssimaksu 100 €

Tutustutaan monipuolisesti erilaisiin lankatekniikoihin ja tehdään kurssilaisten toiveiden mukaisia käsitöitä.

Kätevät kädet Tikkala, syksy

Tikkalan koulu, Särkilahdentie 224

Ke 17.00–19.15

23.9.–2.12.2026

Minna Susi-Ilvonen

Kurssimaksu 43 €

Käsityön ja askartelun uusia tuulia, innostavaa tekemistä kädentaitojen parissa. Opitaan uutta ja edetään oppilaiden toiveitten mukaan.

Luovaa kirjansidontaa, lyhytkurssi

Sivistyskeskus Ahjo, käsityöt, Kirkkotie 10 A

La 10.00–15.30, Su 10.00–15.30

21.–22.11.2026

Minna Lievonen

Kurssimaksu 38 €

Sidotaan rennolla otteella itselle tai lahjaksi persoonallinen, omannäköinen päivä-, runo-, muisti- tai vaikka reseptikirja.

Molla ja nalle viikonloppu, lyhytkurssi

Opistotalo Kipinä, Kirkkotie 16

La 10.00–12.15, Su 10.00–12.15

6.–7.2.2027

Hannaleena Tauro

Kurssimaksu 20 €

Tehdään kangasnalle tai mollamaija.

Monipuolista askartelua

Vatalan ent. koulu, Vatalantie 18

La 10.00–14.00

26.9.–22.11.2026

Irma Ajanta-Karvonen

Kurssimaksu 56 €

Tehdään diorama, roombox tai shadow box. Rakennetaan pieneen laatikkoon jokin asia, kuten näyttämö, sirkus, muisto tai satukuvaelma.

Neulontaa Kaivolla, syksy

Kaivo, Talluksentie 5

Ke 12.00–13.30

9.9.–21.10.2026

Minna Susi-Ilvonen

Kurssimaksu 25 €

Aloittelijoille suunnattu kurssi, jossa opetellaan mm. sukan kantapää, palmikko- ja kirjoneuleet. Vinkkejä myös kokeneille!

Neulontaa Kaivolla, kevät

Kaivo, Talluksentie 5

Ke 12.00–13.30

13.1.–24.2.2027

Minna Susi-Ilvonen

Kurssimaksu 25 €

Aloittelijoille suunnattu kurssi, jossa opetellaan mm. sukan kantapää, palmikko- ja kirjoneuleet. Vinkkejä myös kokeneille!

Nukkekodin kalusteet ja nuket, lyhytkurssi

Opistotalo Kipinä, Kirkkotie 16

La 10.00–11.30

14.11.–12.12.2026

Hannaleena Tauro

Kurssimaksu 20 €

Sisustetaan nukkekodin huone. Tehdään kalusteita ja nukkeja.

Ommellaan niin vanhaa kuin uuttakin

Sivistyskeskus Ahjo, käsityöt, Kirkkotie 10 A

Ti 16.00–19.00

15.9.–1.12.2026, 12.1.–13.4.2027

Henna Helminen

Kurssimaksu 116 €

Ommellaan vaatteita ja kodintekstiilejä hyödyntäen esim. vanhoja kankaita.



Silkki-maalauksen lyhytkurssi

Opistotalo Kipinä, Kirkkotie 16
La 10.00–12.15, Su 10.00–12.15
6.–7.3.2027

Hannaleena Tauro
Kurssimaksu 20 €

Maalataan silkkiä pillitekniikalla ja vapaasti maalaamalla. Voi kokeilla rajattua kuviota. Lapset myös tervetulleita!

Tilkkuilu lauantai, lyhytkurssi

Opistotalo Kipinä, Kirkkotie 16
La 10.00–12.15
23.–30.1.2027

Hannaleena Tauro
Kurssimaksu 20 €

Helppoa tilkkuilua. Tehdään kassi, pussi, essu tai vaikka patalappu.

KUDONTA

Kehräys, lyhytkurssi

Sivistyskeskus Ahjo, käsityöt, Kirkkotie 10 A
La 9.00–15.00, Su 9.00–15.00
24.–25.10.2026

Minna Lievonen

Kurssimaksu 42 €

Opetellaan villan karstaus ja kehrästekniikka. Tutustutaan langan kertaamiseen, vyyhdittämiseen ja valmiin langan viimeistelyyn. Oma rukki mukaan.

Kudonta, aamupäivä

Opistotalo Kipinä, Kirkkotie 16
Ma 11.00–14.15
14.9.–30.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Laura Palm

Kurssimaksu 116 €

Kudotaan värikkäitä mattoja, pehmeitä villahuopia, rouheita pyyhkeitä tai huiveja.

Kudonta, ilta

Opistotalo Kipinä, Kirkkotie 16
Ma 16.00–18.30
14.9.–30.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Laura Palm

Kurssimaksu 100 €

Kurssi on samansisältöinen kuin aamun kurssi.

Kudottu kimppu luonnonmateriaaleista

Tikkalan koulu, Särkilahdentie 224
Pe 18.00–19.30, La 10.00–14.00
18.9.–3.10.2026

Laura Palm

Kurssimaksu 34 €

Valmistetaan upea pöytäkoriste tai kimppu luonnon materiaaleista tai kuivakukista.

ENTISÖINTI, PUU- JA METALLITYÖT

Huonekalujen verhoilu ja kunnostus, päivä

Aseman ent. koulu, Tehdastie 330 b

Ma 13.00–16.15

14.9.–30.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Sari Muhonen

Kurssimaksu 116 €

Kunnostetaan vanhoja huonekaluja ja pienesineitä käyttäen apuna käsityökoneita ja -välineitä. Huonekalut pintakäsitellään yksilöllisesti perinteisin menetelmin. Saadaan vinkkejä huonekalujen kunnostukseen, pintakäsittelyyn ja verhoiluun.

Huonekalujen verhoilu ja kunnostus, ilta

Aseman ent. koulu, Tehdastie 330 b

Ma 17.00–20.15

14.9.–30.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Sari Muhonen

Kurssimaksu 116 €

Saman sisältöinen kuin päiväkurssi.

Huonekalujen kunnostus, tiistaipäivä

Aseman ent. koulu, Tehdastie 330 b

Ti 12.00–15.15

15.9.–1.12.2026, 12.1.–13.4.2027

Riitta Haakana

Kurssimaksu 116 €

Kurssi sovitulle ryhmälle, voit kysyä vapaita paikkoja.

Metallityöt

Manassen halli, Luosojentie 148

To 17.00–20.15

17.9.–3.12.2026, 14.1.–15.4.2027

Irja Kainulainen

Kurssimaksu 130 €

Kurssilla hitsataan, sorvataan, opetellaan takomisen alkeita ja metallin muokkausta aihioista valmiiksi koriste- tai käyttöesineeksi jokaisen itse valitsemien töiden mukaan.

Puutyöt

Pienteollisuustalo, Sörkantie 19

Ke 17.00–20.15

16.9.–2.12.2026, 13.1.–14.4.2027

Irja Kainulainen

Kurssimaksu 116 €

Valmistetaan koriste- ja käyttöesineitä omasta puutavarasta käyttämällä luovuutta ja omia ideoita. Aikaisempaa kokemusta ei tarvita.

KIRJALLISUUS JA KIELET

Buenas Migas 2, etäopetus

Ke 16.30–18.00

16.9.–2.12.2026, 13.1.–31.3.2027

Tanja Rautavirta

Kurssimaksu 86 €

Harjoitellaan keskustelutaitoja. Oppikirjana Buenas Migas 2

Italia alkeisjatko

Tohmajärven lukio, L2, Kirkkotie 10 A

Ma 16.15–17.45

14.9.–30.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Luciana Turunen

Kurssimaksu 86 €

Alkeisjatkokurssi jatko on tarkoitettu yhden lukuvuoden opiskelleille. Aihepiireinä ovat mm. vapaa-aika, ruokakulttuuri, terveys, koti ja asuminen, työelämä ja opiskelu sekä taide. Lisäksi opitaan kertomaan Suomesta.

Lukupiiri

Kirjasto, K6, Kirkkotie 10 A

To 13.00–14.45

17.9.–10.12.2026, 4.2.–29.4.2027

Lea Tajakka

Kurssimaksu 50 €

Keskustellaan kirjoista, kirjallisuudesta, lukemisesta ja aihepiiriin liittyvistä asioista yhdessä valitun kirjallisuuden pohjalta.

Ensimmäiselle kerralle luetaan Claire

Lombardon Onnen päiviä.

Matkailuespanjaa - De viaje, etäopetus

To 18.15–19.45

17.9.–3.12.2026, 14.1.–1.4.2027

Tanja Rautavirta

Kurssimaksu 86 €

Kurssi sopii sekä aiemmin oppimaansa kertaavalle että aloittelijalle, joka haluaa oppia espanjan kieltä ja kulttuuria erityisesti matkailuun liittyen. Oppikirjana De viaje - Matkailuespanjaa.

Suomen kieli venäläisille maahanmuuttajille - Курсы финского языка для начинающих -

Tohmajärven lukio, L1, Kirkkotie 10 A

Ti 16.30–18.00

15.9.–3.12.2026, 12.1.–13.4.2027

Tatjana Swahne

Kurssimaksu 86 €

Курсы финского языка для эмигрантов. На курсах вы ознакомитесь с грамматикой и лексикой финского языка, получите практические навыки общения на финском языке. Заявку на курсы необходимо подать до 7.9.2026.

Venäjää edistyneille, jatko

Tohmajärven lukio, L1, Kirkkotie 10 A

Ke 17.00–18.30

16.9.–2.12.2026, 13.1.–14.4.2027

Tatjana Swahne

Kurssimaksu 86 €

Intensiivikurssi, joka syventää ymmärrystä venäjän kielestä ja kulttuurista. Kurssi keskittyy monipuoliseen kielenkäyttöön, idiomeihin, edistyneeseen kielioppiin ja aitoihin tekstimateriaaleihin. Sopii erinomaisesti jo kieltä osaaville.

SUKUTUTKIMUS

Hautakivitetokannat ja sanomalehdet sukututkimuksen apuna, etäopetus

Ke 17.30–19.00

28.10.–4.11.2026

Ritva Sampio

Kurssimaksu 40 €

Käytännön esimerkkejä sukuun rakentamisesta ja täydentämisestä hautakivi- ja sanomalehtiaineistojen avulla. Tekijänoikeudet ja tietosuoja.

Peru- ja tuomiokirjat sukututkimuksessa, etäopetus

Ma 17.30–19.00

9.–16.11.2026

Reijo Savola ja Ritva Sampio

Kurssimaksu 45 €

Tutkitaan vanhoja perukirjoja ja saadaan vinkkejä mistä ja miltä ajalta voi tilata perukirjakopion sukututkimusta varten.

Sotapolut suvuissa - löydä esivanhempasi tarinat sodan keskeltä, etäopetus

La 10.00–13.30

14.11.2026

Reijo Savola ja Ritva Sampio

Kurssimaksu 45 €

Opitaan tulkitsemaan sota-ajan arkistoaineistoja ja rakentamaan dokumentteihin perustuva tarina esivanhempien vaiheista.

SukuStartti, etäopetus

Ti 17.30–19.00, To 17.30–19.00

15.–17.9.2026

Ritva Sampio

Kurssimaksu 35 €

Haluatko aloittaa sukututkimuksen?

Sukututkimusaineistoa on jo hyvin paljon verkossa ja näin myös opiskelu onnistuu helposti. Opiskelijat saavat käyttöön Suomen Sukuhistoriallisen yhdistyksen jäsentunnukset.

Sukututkimus ja Geni, etäopetus

La 10.00–13.30

26.9.2026

Reijo Savola ja Ritva Sampio

Kurssimaksu 35 €

Kurssi alkaa alkeista sukututkimusesimerkin avulla ja tallentamalla oman suvun tietoja Geniin. Hyödynnetään alkuperäisiä lähteitä ja etsitään niitä myös verkosta. Samalla käydään läpi velvoitteita tietosuojalain pohjalta ja opetellaan hyvät lähdemerkinnät.

Sukututkimus ja Geni jatkokurssi, etäopetus

La 10.00–13.30

24.10.2026

Reijo Savola ja Ritva Sampio

Kurssimaksu 45 €

Perehdytään Genin monipuoliseen käyttöön. Etsitään tietoa järjestelmällisesti ja tutkitaan sukuja ja paikkakuntia. Käytetään vaativia lähdetietoaineistoja, hyödynnetään tekoälyä, kymmenysluetteloita sekä Ruotsin Valtionarkiston ja Riksarkivetin tietokantaa.

Sukututkimus ja kartat, etäopetus

Ke 17.30–19.00

18.–25.11.2026

Ritva Sampio

Kurssimaksu 45 €

Hyödynnetään karttoja sukututkimuksen apuna 1600-luvulta aina 1900-luvulle saakka. Kartat tarjoavat arvokasta tietoa muun muassa talojen ja torppien sijainneista, tilojen rajoista, viljelyksistä sekä kaupunkien osoitteista eri aikakausina.

Sukututkimuskurssit toteutetaan yhteistyössä Snellman-kesäyliopiston kanssa.

TIETOTEKNIikka

Windows 11 perusteet, lyhytkurssi

Tohmajärven lukio, L2, Kirkkotie 10 A

Ke 15.30–16.30

21.10.–25.11.2026

avoin Opettaja

Kurssimaksu 34 €

Kurssi on suunnattu aloittelijoille ja arjen tietotekniikan käyttäjille. Tavoitteena Windows 11 -tietokoneen sujuva käyttö.



ENSIAPU

Hätäensiapu 4h, lyhytkurssi

Wärtsilä-sali, Kirkkotie 10 A

Ke 17.00–20.30

16.9.2026

Esa Laari

Kurssimaksu 27 €

Hätäensiapukurssi / EA 1 kertauskurssi 4 tuntia antaa perustiedot ja -taidot kuinka auttaa hätätilanteissa ja tavallisimmissa sairaus- ja onnettomuustilanteissa. Kurssista saa virallisen todistuksen

Hätäensiapu 8 h, lyhytkurssi

Wärtsilä-sali, Kirkkotie 10 A

Ke 17.00–20.30

16.–23.9.2026

Esa Laari

Kurssimaksu 40 €

Hätäensiapukurssi / EA 1 kertauskurssi 8 tuntia antaa perustiedot ja -taidot kuinka auttaa hätätilanteissa ja tavallisimmissa

sairaus- ja onnettomuustilanteissa. Kurssista saa virallisen todistuksen.

Ensiapu 1, lyhytkurssi

Wärtsilä-sali, Kirkkotie 10 A

Ke 17.00–20.30, La 8.30–16.00

16.–26.9.2026

Esa Laari

Kurssimaksu 68 €

Kurssilla harjoitellaan erilaisia ensiavun aiheita ja ensiavun antamisen perustietoja ja -taitoja. Tavoitteena on lisätä auttamisrohkeutta hätäensiapua vaativissa tilanteissa sekä arjen pienemmissä tapaturmissa.

KOIRAT

Koiran hankintakurssi, syksy

Tohmajärven lukio, L1, Kirkkotie 10 A

To 17.30–19.00

12.11.–10.12.2026

Katja Tohmo

Kurssimaksu 45 €

Mistä tiedän mikä rotu on sopiva, mistä koiria löytää ja mistä niitä kannattaa hankkia? Otetaanko uros vai narttu? Mikä on sopivin pentu meille? Tule etsimään vastauksia näihin kysymyksiin.

Koiran hankintakurssi, kevät

Tohmajärven lukio, L1, Kirkkotie 10 A

To 17.30–19.00

1.–29.4.2027

Katja Tohmo

Kurssimaksu 45 €

Samantyylinen kuin syksyn kurssi.

RUOKA, KALASTUS JA RETKEILY

Kokataan yhdessä

Sivistyskeskus Ahjo, kotitalous, Kirkkotie 10 A
To 17.15–19.30

24.9.–3.12.2026, 21.1.–22.4.2027

Saara Raatikainen

Kurssimaksu 60 €

Kurssi on tarkoitettu ihan kaikille, lapsista mummiin ja vaariin. Kurssilla leivotaan ja kokataan, huomioiden kurssilaisten toiveet ja taitotasot. Otetaan haltuun perinteisiä reseptejä ja kokeillaan uusia makuja. Tule mukaan, tehdään kurssista mukava ja rento yhdessäolon hetki.

Naiset kalastamaan, syksy

Toimipaikka avoin

Ke 13.00–16.00, Ke 15.30–17.00

5.8.–30.9.2026

Päivi Purmonen

Kurssimaksu 68 €

Kesän ja syksyn kalastusta teoriassa ja käytännössä käyttäen eri välineitä. Kahdella ensimmäisellä kerralla teoriaa, sitten kalastamaan. Huonon sään sattuessa valmistetaan morreja tms.

Naiset kalastamaan, talvi

Toimipaikka avoin

Ke 13.00–16.00

3.2.–24.3.2027

Päivi Purmonen

Kurssimaksu 58 €

Talvikalastusta teoriassa ja käytännössä käyttäen eri välineitä. Ensimmäisellä kerralla teoriaa, sitten kalastamaan. Huonon sään sattuessa valmistetaan morreja tms.

Ruokasienet tutuksi, lyhytkurssi

Sivistyskeskus Ahjo, kotitalous, Kirkkotie 10 A

Pe 18.00–19.30, La 10.00–14.30,

Su 10.00–14.30

25.–27.9.2026

Saara Raatikainen

Kurssimaksu 38 €

Opitaan tunnistamaan yleisimmät perusruokasienet ja saadaan inspiroivia vinkkejä sieniruokien valmistamiseen arjessa. Miten sieniä paistetaan, maustetaan ja yhdistetään ruokiin niin, että maku pääsee esiin. Sopii aloittelijoille ja ruoanlaitosta kiinnostuneille.

Seikkaillen luonnossa, 7-10-vuotiaille, lyhytkurssi

Sivistyskeskus Ahjo, kota ja lähiympäristö

Ke 15.30–17

16.9.–7.10.2026

Satu Vahimaa

Kurssimaksu 23 €

Tutustutaan yhdessä lähiluonnon ihmeisiin ja harjoitellaan retkeilyyn liittyviä taitoja.

HYVINVOINTI

Hyvää oloa itselle

Entinen koulutoimisto, Kirkkotie 6

To 17.30–19.45

17.9.–1.12.2026, 12.1.–18.3.2027

Sari Rinkinen

Kurssimaksu 44 €

Hyvinvointia itselle ja läheisille kotihoitona. Valmistetaan kasvohoitoja, rentouttavia käsi- ja jalkakylpyjä ja jalkahieronta.

**Rentoutumisen ja hyvinvoinnin aamu,
äänimaljoja ja levollisuutta!**

Opistotalo Kipinä, tanssisali, Kirkkotie 16

Ti 11.00–12.30

22.9.–1.12.2026, 19.1.–13.4.2027

Sari Rinkinen

Kurssimaksu 60 €

Rentoutumiseen ja stressinhallintaan painottuva kurssi joka toinen viikko, jossa harjoitellaan rentoutumista erilaisin menetelmin. Harjoitellaan myös lyhyitä manuaalisia hoitoja.

**Rentoutumisen ja hyvinvoinnin ilta,
äänimaljoja ja levollisuutta!**

Opistotalo Kipinä, tanssisali, Kirkkotie 16

To 17.30–19.00

24.9.–3.12.2026, 21.1.–15.4.2027

Sari Rinkinen

Kurssimaksu 60 €

Kurssi saman sisältöinen kuin tiistain aamun kurssi.

JOOGA

Dynaaminen flow jooga, lyhytkurssi

Opistotalo Kipinä, tanssisali, Kirkkotie 16

La 13.30–15.00 ja pe 17.15–18.30

22.8.–18.9.2026

Eveliina Sivonen

Kurssimaksu 28 €

Flow jooga on vahvistavaa ja energisoivaa harjoitusta, jossa hengitys ja liike yhdistyvät virtaavaksi kokonaisuudeksi.

Hathajooga, keskiviikko iltapäivä

Opistotalo Kipinä, tanssisali, Kirkkotie 16

Ke 14.30–16.00

16.9.–2.12.2026, 11.1.–5.5.2027

Piia Pippuri

Kurssimaksu 96 €

Sopii kaikille lempeästä joogasta kiinnostuneille sukupuoleen, ikään tai kokoon katsomatta.

Hathajooga, keskiviikko ilta

Opistotalo Kipinä, tanssisali, Kirkkotie 16

Ke 16.30–18.00

16.9.–2.12.2026, 11.1.–5.5.2027

Piia Pippuri

Kurssimaksu 96 €

Sopii kaikille lempeästä joogasta kiinnostuneille sukupuoleen, ikään tai kokoon katsomatta.

Lempeä jooga, 10 viikon videokirjasto

Verkossa

To 10.00–11.00

17.9.–26.11.2026

Lotta Paretskoi

Kurssimaksu 38 €

Lempeä ja joustava tapa lisätä liikettä arkeen sekä vahvistaa yhteyttä omaan kehoon. Saat käyttöösi viikoittain Vimeo-palvelun kautta uuden 45-60 min harjoituksen, ja voit tehdä harjoitukset silloin, kun sinulle sopii.

Yinjooga ja äänimaljat, lyhytkurssi

La 13.30–15.00 ja pe 17.15–18.30

22.8.–18.9.2026

Eveliina Sivonen

Kurssimaksu 28

Palauttava ja rauhoittava harjoitus, jossa pysähdytään pitkäkestoisiin asanoihin, liikutaan hitaasti somaattisella lähestymistavalla ja avataan kehoa rentouden kautta.

TANSSI

Lavalattarit

Opistotalo Kipinä, tanssisali, Kirkkotie 16

Pe 18.45–20.15

25.9.–27.11.2026, 15.1.–23.4.2027

Tuija Marjola, Hannu Sivonen

Kurssimaksu 54 €

Lähdetään liikkeelle perusteista. Harjoitellaan lattareiden perustekniikkaa, vientiä ja seuraamista, parityöskentelyä sekä lavatansseihin sopivia kuvioita. Lajeina esim. cha cha, rumba-bolero, salsa ja bachata.

Lavatanssin perusteet/perusteiden kertaus

Työväentalo, Työväentie 1

Ti 17.30–19.00

22.9.–1.12.2026, 12.1.–30.3.2027

Auli Kempas ja Jouni Pennanen

Kurssimaksu 72 €

Kurssi sopii aloittelijoille ja tavallisimpia lavatansseja vähän tanssineille. Harjoitellaan yleisimmät lavatanssit.

Lavatanssikurssi jatko/konkarit

Työväentalo, Työväentie 1

Ti 19.00–20.30

22.9.–1.12.2026, 12.1.–30.3.2027

Auli Kempas ja Jouni Pennanen

Kurssimaksu 72 €

Perusteet hallitseville ja useamman vuoden harrastaneille. Lavatansseja, swing- ja latinalaistansseja sekä Wanhaa tangoa ja tangovalsia.

Nykytanssia ja luovaa liikettä, yli 13 vuotiaat, lyhytkurssi

Opistotalo Kipinä, tanssisali, Kirkkotie 16

Pe 15.30–17.00

28.8.–25.9.2026

Eveliina Sivonen

Kurssimaksu 28 €

Harjoitellaan nykytanssin perusteita, luodaan koreografiaa sekä kokeillaan improvisaatiota rennossa ilmapiirissä.

Senioritanssi

Opistotalo Kipinä, tanssisali, Kirkkotie 16

To 11.30–12.30

10.9.–8.10.2026

Katja Tohmo

Kurssimaksu 25 €

Senioritanssi on iloista, kepeää ja turvallista menoa, joka sopii kaikille. Et tarvitse aiempaa tanssitaustaa etkä paria.



SoloLatin -yksin tanssittava

Opistotalo Kipinä, tanssisali, Kirkkotie 16

Pe 17.30–18.30

25.9.–27.11.2026, 15.1.–23.4.2027

Tuija Marjola

Kurssimaksu 48 €

Tanssitaan latinalaistansseja (mm. rumba, samba, salsa ja merengue) ilman paria. Sopii kaikenikäisille, miehille ja naisille.

Perustekniikkaa ja helpohkoja kuviosarjoja.

Soolotanssin perusteet

Työväentalo, Työväentie 1

Ke 14.00–15.00

23.9.–2.12.2026, 12.1.–31.3.2027

Auli Kempas

Kurssimaksu 60 €

Sovelletaan eri lava-, latinalais- ja swing-tansseja yksintanssiin. Et tarvitse aiempaa tanssitaustaa, aloitamme kunkin tanssilajin perusteista. Tasapaino, koordinaatiokyky ja kunto paranevat tanssien!

LIIKUNTA

Liikunta tutuksi

Liikuntahalli, Kirkkotie 10 B

Ti 16.30–17.30

22.9.–8.12.2026, 12.1.–13.4.2027

Niina Immonen / Arja Pirhonen / Teija

Kuronen / Kirsi Kostamo / Henna-Riikka Kallio

Kurssimaksu 68 €

Haluaisitko lisätä liikettä arkeesi? Tämä matalan kynnyksen liikuntaryhmä on suunnattu kaikille, jotka kaipaavat lempeää aloitusta tai paluuta liikunnan pariin.

Miesten liikunta

Liikuntahalli, Kirkkotie 10 B

Ma 18.30–19.30

14.9.–30.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Jouni Pennanen

Kurssimaksu 68 €

Tunnin verran perusliikuntaa, lihastasapainon kehittämistä, keppijumppaa ja venyttelyä.

Naisten kuntojumppa

Liikuntahalli, Kirkkotie 10 B

Ma 17.30–18.30

21.9.–7.12.2026, 11.1.–19.4.2027

Niina Immonen

Kurssimaksu 68 €

Naisten kuntojumppa on monipuolista liikuntaa niin aloittelijoille kuin kokeneemmillekin kuntoilijoille.

Naisten liikunta, Tikkala

Tikkalan koulu, liikuntasali, Särkilahdentie 224

Ma 18.00–19.00

14.9.–30.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Teija Kuronen / Kirsi Kostamo / Arja Pirhonen

Kurssimaksu 68 €

Tunnin verran monipuolista kuntoa kohentavaa liikuntaa ja venyttelyä musiikin tahdissa kaikenikäisille, myös eri välineitä käyttäen.

OutFit, Kemie, lyhytkurssi

Lähiliikuntapaikka, Kirkkotie 10 B

Ma 17.30–18.30

3.–31.8.2026

Jenna Nissinen

Kurssimaksu 20 €

OutFit on monipuolista ja energistä ulkoliikuntaa. Tunnilla vahvistetaan lihaskuntaa ja kohotetaan sykettä vaihtelevien harjoitteiden avulla. Tunti sopii kaikenikäisille ja -kuntoisille.

Vesiliikunta 1

VesPeli, Kiteen uimahalli, Urheilutie 7

To 10.30–11.15

17.9.–3.12.2026, 14.1.–15.4.2027

Jenna Nissinen

Kurssimaksu 86 €

Tehokasta ja turvallista liikuntaa vedenvastusta hyväksikäyttäen. Yhteiskuljetus klo 9.45 Linjakkaan aukiolta. Paluu klo 11.45. Jokainen osallistuja maksaa uimahallin käyttömaksun, jonka voi ostaa ensimmäisellä kerralla uimahallin kahviosta.

VOIMAA JA TASAPAINOA

Ikääntyvien naisten liikunta, VoiTas

Liikuntahalli, Kirkkotie 10 B

Ma 9.00–9.45

21.9.–7.12.2026, 11.1.–19.4.2027

Arja Pirhonen

Kurssimaksu 54 €

Kuntojumppaa ikääntyville naisille eri välineitä käyttäen. Lisäksi tehdään tasapainoharjoituksia, venyttelyä sekä rentoutusta. Sisältää jonkin verran haasteellisuutta.

Kuntosali 75+, naiset ja miehet, VoiTas

Kuntosali, Kirkkotie 10 B

To 8.30–9.30

24.9.–10.12.2026, 14.1.–15.4.2027

Arja Pirhonen

Kurssimaksu 68 €

Yli 75-vuotiaille keveämpiä kuntosaliharjoitteita, jotka keskittyvät lihasvoiman ylläpitoon, tasapainoon ja liikkuvuuteen. Harjoittelu edesauttaa hyvinvointia ja toimintakykyä.

Miesten kuntosali 65+, VoiTas

Kuntosali, Kirkkotie 10 B

To 9.30–10.30

24.9.–10.12.2026, 14.1.–15.4.2027

Arja Pirhonen

Kurssimaksu 68 €

Monipuolista kuntosali-, tasapaino- ja liikkeenhallintaharjoittelua. Sopii erityisen hyvin ikääntyvän liikunnaksi, sillä lihaskunnan ylläpitäminen on iän myötä yhä tärkeämpää hyvän toimintakyvyn ylläpitämiseksi. Yksinkertaiset ja helpot liikkeet.

Naisten kuntosali 65+, Voitas

Kuntosali, Kirkkotie 10 B

Ke 9.30–10.30

23.9.–9.12.2026, 13.1.–14.4.2027

Jenna Nissinen

Kurssimaksu 68 €

Suunniteltu hyväkuntoisille 65+ naisille, jotka kaipaavat harjoitteluun sopivaa haastetta.

Tunnilla kehitetään lihasvoimaa, tasapainoa ja liikkuvuutta. Saat ohjausta oikeaan tekniikkaan, joten harjoittelu on turvallista ja tehokasta.

Tiistain toimintakykyryhmä, VoiTas

Liikuntahalli, Kirkkotie 10 B

Ti 8.30–9.15

22.9.–8.12.2026, 12.1.–13.4.2027

Arja Pirhonen

Kurssimaksu 54 €

Kevyempää jumppaa yli 70-vuotiaille. Tunnilla keskitytään ylläpitämään ja kehittämään tasapainoa, koordinaatiota ja lihaskuntaa seisten ja tuolilla tehtävin liikkein, ei lattialle menoa. Kurssi soveltuu hyvin ikääntyneille ja henkilöille, joiden toimintakyky on madaltunut. Yksinkertaiset ja helpot liikkeet.

Värtsilän pitäjän toimintakykyryhmä, VoiTas

Värtsilän urheilutalo, Patsolantie 11

To 9.30–10.15

10.9.–26.11.2026, 14.1.–15.4.2027

Mirja Kinnunen

Kurssimaksu 35 €

Kevyempää jumppaa yli 70-vuotiaille. Tunnilla keskitytään ylläpitämään ja kehittämään tasapainoa, koordinaatiota ja lihaskuntaa seisten ja tuolilla tehtävin liikkein, ei lattialle menoa. Kurssi soveltuu hyvin ikääntyneille ja henkilöille, joiden toimintakyky on madaltunut. Yksinkertaiset ja helpot liikkeet.

KUNTOSALI

Kuntosalicircuit naisille

Kuntosali, Kirkkotie 10 B

To 16.30–17.30

17.9.–3.12.2026, 14.1.–15.4.2027

Teija Kuronen

Kurssimaksu 68 €

Kuntosalicircuit on tehokas ja monipuolinen kiertoharjoittelutunti, joka toteutetaan kuntosalin laitteilla ja vapailla painoilla. Tunnilla kehitetään lihaskuntaa, kestävyyttä ja liikkuvuutta toiminnallisella otteella. Kurssi on suunnattu kaiken tasoisille liikkujille – myös aloittelijoille.

Kuntosaliohjaus naisille, Värtsilän pitäjä

Kisa Gym, Rajantie 690

Ma 9.30–11.30

14.9.–30.11.2026, 11.1.–19.4.2027

Mirja Kinnunen

Kurssimaksu 68 €

Naisten kuntosaliohjauksessa keskitytään oikeiden liiketekniikoiden, turvallisen harjoittelun ja motivoivan ilmapiirin luomiseen. Opitaan tekemään yksilöllisiä harjoitusohjelmia.

Miesten kuntosali, Värtsilän pitäjä

Kisa Gym, Rajantie 690

To 18.00–19.00

17.9.–3.12.2026, 12.1.–15.4.2027

Eero-Matti Lintunen

Kurssimaksu 68 €

Opitaan turvallinen laitekäyttö ja vastusharjoittelu. Käydään läpi liikeradat, erilaiset kuntosaliohjelmat, ruokavalion merkitys terveyden ja lihaskunnan ylläpidossa ja niiden vahvistamisessa. Kurssin aikana

saadaan valmius omatoimiseen, kehittävään ja monipuoliseen kuntosaliharjoitteluun.

Naisten kuntosaliohjaus

Kuntosali, Kirkkotie 10 B

Ke 10.30–11.30

23.9.–9.12.2026, 13.1.–14.4.2027

Jenna Nissinen

Kurssimaksu 68 €

Ohjattua ja monipuolista harjoittelua koko keholle. Tunnilla kehitetään lihaskuntoa ja kehonhallintaa kuntosalilaitteita ja välineitä hyödyntäen. Saat ohjausta oikeaan tekniikkaan, joten harjoittelu on turvallista ja tehokasta.

Sykettä & voimaa

Kisa Gym, Rajantie 690

Ti 18.00–19.00

15.9.–1.12.2026, 12.1.–13.4.2027

lira Väyrynen

Kurssimaksu 68 €

Harjoitellaan monipuolisesti voimaa ja kestävyyttä yhdistäviä liikkeitä. Sisältö mm. kelkan työntöä ja vetoa, soutua, kantamista sekä kehonpaino- ja voimaharjoitteita. Kurssi sopii kaikille, jotka haluavat kehittää kokonaisvaltaista kuntoa ja haastaa itseään.

Toiminnallinen kuntopiiri, Värtsilän pitäjä

Kisa Gym, Rajantie 690

Su 14.00–15.00

20.9.–13.12.2026, 10.1.–18.4.2027

Henna-Riikka Kallio

Kurssimaksu 68 €

Toiminnallisessa kuntopiirissä treenataan kuormittaen kehoa kokonaisvaltaisesti. Treeni toteutetaan kiertoharjoitteluna aikaa vastaan

mm. kahvakuulia ja salilaitteita hyödyntäen. Jokainen voi tehdä ja osallistua tunneille oman kuntotasonsa mukaisesti.

Vaativa kuntosaliohjaus naisille

Kuntosali, Kirkkotie 10 B

Ti 11.00–12.00

22.9.–8.12.2026, 11.1.–13.4.2027

Arja Pirhonen

Kurssimaksu 68 €

Suunniteltu naisille, jotka haluavat kohottaa nousujohteisesti ja monipuolisesti lihasvoimaa.

Voimaharjoittelu

Kuntosali, Kirkkotie 10 B

To 17.45–18.45

17.9.–3.12.2026, 14.1.–15.4.2027

Teija Kuronen

Kurssimaksu 68 €

Tämä kurssi tarjoaa kattavan johdatuksen voimaharjoittelun maailmaan. Kurssilla käydään läpi tärkeimmät perusliikkeet sekä turvallisen ja tehokkaan harjoittelun tekniikat. Kurssi sopii erityisesti aloittelijoille, mutta myös kokeneemmille kuntoilijoille, jotka haluavat vahvistaa osaamistaan ja saada enemmän irti omasta harjoittelustaan.

LUENNOT 2026

Sivistyskeskus Ahjo, Kirkkotie 10 A

Ikääntyvän itsemääräämisoikeus ja asiakirjat - Kunnioittamisen ja rajoittamisen rajat muuttuvissa tilanteissa - verkkoluento

30.9.2026 ke 14.00–16.00

Jyväskylän Ikääntyvien yliopisto
Luennoitsijana vanhuusoikeuden
tutkijatohtori Henna Nikumaa, UEF.

Miksi kaikki on niin vaikeaa? Turvallinen asiointi digimaailmassa - verkkoluento

7.10.2026 ke 14.00–16.00

Jyväskylän Ikääntyvien yliopisto
Luennoitsija tietokirjailija Petteri Järvinen DI.

Koiran kouluttamisen haasteet -luento

5.11.2026 to 17.00–19.30

Luennoitsijana Katja Tohmo.

Kansansairautemme diabetes ja sen nopeasti kehittyvä hoito - verkkoluento

11.11.2026 ke 14.00–16.00

Jyväskylän Ikääntyvien yliopisto
Luennoitsijana ylilääkäri, LT, endokrinologian erikoislääkäri, Petteri Ahtiainen Keski-Suomen hyvinvointialue.

LUENNOT 2027

Sivistyskeskus Ahjo, Kirkkotie 10 A

Etelän kauniit kasvit ja kasvitieteelliset puutarhat -luento

18.2.2027 to 17.00–19.30

Luennoitsijana Irma Ajanta-Karvonen.

KERÄÄ RYHMÄ

Kokoa samasta aiheesta kiinnostunut ryhmä kasaan ja ehdota kurssia. Ehdota myös opettajaa, jos tiedossa ja kurssin pitopaikkaa.

KURSSITOIVEET

Kurssitoiveita voi ehdottaa ympärivuoden.

LAHJAKORTIT

Voit hankkia 20 €, 50 € ja 100 €:n lahjakortin osoitteesta uusi.opistopalvelut.fi/tohmajarvi
Lahjakortti on voimassa vuoden.

Se toimitetaan sähköpostitse henkilölle, jonka sähköpostiosoite tai osoitetiedot on täytetty ilmoittautumislomakkeen kohtaan:

Osallistujan tiedot. Eli jos haluat itse antaa lahjakortin, niin laita saajan nimi, mutta omat osoitetietosi osallistujatietoihin. Lahjakortin voi noutaa myös sovitusti toimistolta.

TYHY-KURSSIT

Hanki työyhteisöllesi räätälöity hyvinvointia lisäävä kurssi. Ota yhteyttä, niin suunnitellaan yhdessä.

Facebook

Tohmajärven kansalaisopisto

Instagram

@tohmajarvenopisto

