

## Tervetuloa oppimaan ja harrastamaan!

Kevään kursseille ilmoittautuminen alkaa maanantaina 29.12.2025 klo 9 ja päättyy pääsääntöisesti 7.1.2026 klo 12. Kurssitarjonnan ja kurssitoivelinkin löydät opiston kotisivulta [www.pielavesi.fi](http://www.pielavesi.fi) / [www.keitele.fi](http://www.keitele.fi) .

Ilmoittaudu verkossa [uusi.opistopalvelut.fi/pielavesikeitele](http://uusi.opistopalvelut.fi/pielavesikeitele), puhelimitse Pielavesi p. 040 489 4187 ja Keitele p. 040 196 6001, toimistoilla: Pielavesi, Virteläntie 13 D 11 ja Keitele, Koulutie 1.

Kevätlukukausi alkaa viikolla 3 ja päättyy viikolla 15. Talvilomaviikolla ei pääsääntöisesti järjestetä opetusta. Opistolla on käytössä kausi- ja perhekortti (100 € / kevätlukukausi). Kausi- ja perhekortilla voit osallistua enintään viidelle kurssille. Perhekortti on tarkoitettu perheille, joissa ainakin yksi alle 18-vuotias osallistuu kursseille. Kurssikuvauksista löydät tiedon, jos korttia ei voi käyttää maksuvälineenä.

**Kausi- tai perhekortin ja Epassin käytöstä tulee ilmoittaa opiston toimistoon viimeistään perjantaina 20.2.2026.**

**Kurssin alkamisesta ei lähetetä erillistä ilmoitusta, saavu kurssille ohjelman mukaisesti.** Kurssin peruuntumisesta ja varasijalta kurssille pääsystä ilmoitetaan tekstiviestillä. Mikäli joudut perumaan osallistumisesi, tee se viimeistään viikkoa ennen kurssin alkua. Peruuttamattomasta ilmoittautumisesta peritään 15 €:n maksu, ellei este ole lääkärintodistuksella osoitettava. Opisto ei vakuuta opiskelijoita, joten huolehdi omasta vakuutusturvastasi.

Opetuskerran peruuntumisesta ilmoitetaan tekstiviestillä. Yksi peruuntuminen lukukaudessa ei oikeuta korvaukseen. Jos peruuntumisia tulee enemmän, järjestämme sijaisen tai siirrämme tunnit myöhäisempään ajankohtaan.

Painetun oppaan tietoihin voi tulla muutoksia. Ajantasaiset tiedot löydät opiston Facebook- ja Instagram-tileiltä (piekeiopisto), Pielavesi-Keitele-lehden Kansalaisopisto tiedottaa palstalta sekä opiston kotisivulta.

Kaikkia kursseja ei järjestetä molemmissa kunnissa. Kutsummekin sinut lämpimästi mukaan toimintaan sekä Pielavedelle että Keiteleelle. Hyppää lavalle-teatterikurssille toivomme osallistujia sekä Pielavedeltä ja Keiteleeltä, jotta saisimme järjestää teatteriesitykset molemmissa kunnissa.

Pielaveden osaston 60-vuotisjuhlavuotta vietetään 2026. Ideoidaan yhdessä juhlavuoden tapahtumia kaikille avoimessa tapaamisessa keskiviikkona 21.1.2026 klo 17-19 valtuustosalissa (Puustellintie 16). Lämpimästi tervetuloa!

**Antoisia ja iloa tuovia hetkiä opiston kursseilla toivottavat:**

Rehtori Soile Leskinen  
[soile.leskinen@pielavesi.fi](mailto:soile.leskinen@pielavesi.fi)  
p. 040 649 5709

Keiteleen osastovastaava Soile Kokkonen  
[soile.kokkonen@keitele.fi](mailto:soile.kokkonen@keitele.fi)  
p. 040 764 9904

Assistentti Seija Poikonen  
[seija.poikonen@pielavesi.fi](mailto:seija.poikonen@pielavesi.fi)  
p. 040 489 4187

Pielaveden toimisto Virteläntie 13 D 11  
Avoinna: Ma 9-15 Ti 9-13 To 13-15  
Muina aikoina suosittellemme varmistamaan paikallaolon  
puhelimitse

# PIELAVESI

## Musiikki

### **111124 Karaokelaulua**

NUORISOTILAT Laurinpurontie 14

Su 16.00–19.00 8.2.–12.4.2026

Tunteja 16 24,00 € 7–12 osallistujaa

Juha Remes

Kurssilla perehdytään karaokelaulun saloihin. Kurssi on ryhmäopetusta, jossa oman henkilökohtaisen kokemuksen lisäksi opitaan myös toisten kurssilaisten laulusta opetuksen seuraamisen avulla. Kokoonnotukset 8.2., 22.2., 15.3. ja 12.4. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111131 Pianonsoitto Pielavesi - kevät**

Rannankylän puukoulu Puistotie 7

Ke 14.15–17.15 14.1.–6.5.2026

Tunteja 0 48,00 € 3–12 osallistujaa

Laura Láng-Matsi

Opiskelemaan voi tulla kuka tahansa iästä ja soittotaidosta riippumatta. Opetus on yksilöopetusta 15 min/kerta, kuusitoista kertaa. Käytetään eri oppimateriaaleja: piano-oppaita, oppilaan omia nuotteja, vapaasäestyksen aineistoja, laulukirjoja jne. Kappalevalinnoissa otetaan huomioon myös opiskelijan toiveita. Ei kausi- tai perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111132 Pianonsoitto Säviä - kevät**

SÄVIÄN KOULU Virranniskantie 18

To 14.00–15.30 15.1.–7.5.2026

Tunteja 0 45,00 € 3–6 osallistujaa

Laura Láng-Matsi

Opiskelemaan voi tulla kuka tahansa iästä ja soittotaidosta riippumatta. Opetus on yksilöopetusta 15 min/kerta, viisitoista kertaa. Käytetään eri oppimateriaaleja: piano-oppaita, oppilaan omia nuotteja, vapaasäestyksen aineistoja, laulukirjoja jne. Kappalevalinnoissa otetaan huomioon myös opiskelijan toiveita. Ei kausi- tai perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111133 Muskari, Pielavesi - kevät**

Rannankylän puukoulu Puistotie 7

To 16.00–16.45 29.1.–23.4.2026

Tunteja 0 20,00 € 4–7 osallistujaa

Laura Láng-Matsi

Muskari on tarkoitettu alle 4-vuotiaille lapsille. Opetuskerroilla yhdistyvät mukavalla tavalla laulaminen, liikkuminen, leikkiminen ja piirtäminen. Tuokiossa toimimme pienten ehdoilla. Huoltajat (vanhemmat tai isovanhemmat tai muu luotettu aikuinen) kulkevat alle 3-vuotiaiden mukana. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 16.1.2026 14.00

### **111134 Nostalgia-illat Pielavesi - kevät**

Rannankylän puukoulu Puistotie 7

To 18.00–19.30 22.1.–16.4.2026

Tunteja 0 0,00 € 7–20 osallistujaa

Laura Láng-Matsi

Kokoonnumme laulamaan yhteislauluja neljänä iltana pianon säestyksellä. Laulukerrat ovat 22.1., 19.2., 19.3. ja 16.4. Olet tervetullut laulamaan myös ilmoittautumatta. Ei kurssimaksua. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 16.1.2026 14.00

### **111135 Yksinlaulu Pv. - kevät A**

Opetustila 1 Laurinpurontie 23 B

Ke 12.00–13.30 4.2.–1.4.2026

Tunteja 0 72,00 € 2–2 osallistujaa

Laura Láng-Matsi

Kurssi on tarkoitettu 12-vuotta täyttäneille tasosta riippumatta. Opetuksen kesto on 45 min/krt, kahdeksan kertaa. Tunnilla kehitetään hengitystekniikkaa, äänenmuodostusta ja laulamme eri tyyliä lauluja säestyksen kanssa. Voit esittää toiveesi laulutunnin ajankohdasta suoraan opettajalle numeroon 0400709940. Jonoon jääneille halukkaille järjestämme opetusta, mikäli tuntimääriä vapautuu muualta. Ei kausi- tai perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 23.1.2026 14.00

### **111136 Yksinlaulu Pv. - kevät B**

Opetustila 1 Laurinpurontie 23 B

To 12.00–13.30, To 17.00–17.45 5.2.–9.4.2026

Tunteja 0 72,00 € 3–3 osallistujaa

Laura Láng-Matsi

Kurssi on tarkoitettu 12-vuotta täyttäneille tasosta riippumatta. Opetuksen kesto on 45 min/krt, kahdeksan kertaa. Tunnilla kehitetään hengitystekniikkaa, äänenmuodostusta ja laulamme eri tyyliä lauluja säestyksen kanssa. Voit esittää toiveesi laulutunnin ajankohdasta suoraan opettajalle numeroon 0400709940. Jonoon jääneille halukkaille järjestämme opetusta, mikäli tuntimääriä vapautuu muualta. Ei kausi- tai perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 23.1.2026 14.00

### **111137 Yksinlaulu Pv. - kevät C**

Rannankylän puukoulu Puistotie 7

Pe 13.15–14.45 6.2.–10.4.2026

Tunteja 0 72,00 € 2–2 osallistujaa

Laura Láng-Matsi

Kurssi on tarkoitettu 12-vuotta täyttäneille tasosta riippumatta. Opetuksen kesto on 45 min/krt. kahdeksan kertaa. Tunnilla kehitetään hengitystekniikkaa, äänenmuodostusta ja laulamme eri tyyliä lauluja säestyksen kanssa. Voit esittää toiveesi laulutunnin ajankohdasta suoraan opettajalle numeroon 0400709940. Jonoon jääneille halukkaille järjestämme opetusta, mikäli tuntimääriä vapautuu muualta. Ei kausi- tai perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 23.1.2026 14.00

### **111138 Acustica, yhtyelaulua - kevät**

Rannankylän puukoulu Puistotie 7

Ma 18.00–19.30 12.1.–20.4.2026

Tunteja 0 21,00 € 3–10 osallistujaa

Laura Láng-Matsi

Tällä kurssilla lauletaan pääasiassa neliäänistä lauluyhtyeohjelmistoa. Kurssille voi ilmoittautua niin miehet kuin naiset. Aikaisempi kuorokokemus nopeuttaa stemmojen omaksumista ja yhdistämistä, mutta se ei ole aivan välttämätöntä. Tunnit pidetään parittomilla viikoilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111139 Pielaveden Mieslaulajat - kevät**

Rannankylän puukoulu Puistotie 7

Ke 18.00–19.30 14.1.–22.4.2026

Tunteja 0 42,00 € 7–20 osallistujaa

Laura Láng-Matsi

Kuoron ohjelmiston valinta tapahtuu esiintymiskutsujen pohjalta. Niin aiemmat, kuin uudetkin laulajat ovat tervetulleita - äänialasi kartoittamisen vuoksi ottaisitko yhteyttä

kuoronjohtajaan. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111140 Päiväkuoro Margareeta - kevät**

Opetustila 1 Laurinpurontie 23 B

Pe 10.00–11.30 16.1.–24.4.2026

Tunteja 0 24,00 € 7–15 osallistujaa

Laura Lång-Matsi

Tervetuloa uuteen päiväkuoroon. Kuorossa lauletaan niin tuttuja kuin uusiakin lauluja, kuoron kokoonpanon mukaan mahdollisesti myös äänissä. Aiempaa kuorokemusta ei välttämättä tarvita, mutta se helpottaa stemmoissa pysymistä. Laulutoiveitakin voit esittää. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111156 Bändisoitinkurssi**

NUORISOTILAT Laurinpurontie 14

Ke 16.30–21.00 14.1.–8.4.2026

Tunteja 0 60,00 € 4–12 osallistujaa

Visa Forsblom

Halusitpa sitten soittaa kitaraa, bassoa, ukulelea, pianoa, rumpuja tai laulaa, tällä kurssilla saat hyvät eväät kunkin soittimen alkeisiin ja pidemmällekkin. Kutakin soitinta opitaan pääsääntöisesti rytmimusiikin (pop, rock, jazz, kansanmusiikki) viitekehyksessä, mutta jokaisen oppilaan kanssa työskennellään yksilöllisesti omien tarpeiden mukaan. Sinun ei tarvitse päättää mitä soitinta haluat opiskella, vaan tunneilla voidaan vaihdella soitinta mielenkiinnon mukaan. Yksilöopetus 30 min kerta, kymmenen kertaa. Ei kausi- tai perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

## **Näyttämötaiteet**

### **111208 Näytelmäkurssi nuorille (5.luokkalaisista alkaen)**

RANNANKYLÄN KOULU Puistotie 7

Ke 18.30–20.00 14.1.–8.4.2026

Tunteja 24 19,00 € 7–11 osallistujaa

Anne Jylhäsalmi

Näytelmäkurssi tarjoaa mainion tilaisuuden kehittää omia ilmaisutaitoja ryhmässä. Kurssilla suunnitellaan ja harjoitellaan lastennäytelmä. Tule mukaan oppimaan, luomaan ja esiintymään – yhdessä saamme paljon aikaa! Pielavesi-Teatteri tukee kurssia 10 € /osallistuja. Tuki on huomioitu kurssihinnassa. Ilmoittautuminen alkaa

29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111209 Hyppää lavalle -teatterikurssi**

PUUSTELLIN KOULU, kirjastoluokka

La 11.00–14.00 7.2.–4.7.2026

Tunteja 65 78,00 € 7–12 osallistujaa

Katja Grönfors

Kiinnostaako näyttöleminen, muttet ole koskaan rojhennut hypätä lavalle tai mukava porukka on puuttunut? Tälle kurssille ovat tervetulleita kaikki teatterin tekemisestä kiinnostuneet, niin konkarit kuin ensikertalaisetkin. Kurssilla opit kannustavassa ilmapiirissä teatterin tekemisen osa-alueita samalla, kun rakennat roolihahmoa. Kurssilla valmistetaan pieni näytelmä, jota esitetään alkukesästä mahdollisesti sekä Pielavedellä että Keiteleellä. Kurssi vaatii sitoutumista, mutta tarjoaa innostavan ja antoisan matkan kokeneen ammattilaisen, Katja Väänäsen, ohjauksessa. Hänen ohjaustöitään on voinut nähdä mm. Keiteleen Kesäteatterissa. Kurssi alkaa 7.2., harjoituskerrat ja esityspäivät sovitaan yhdessä, jotta aikataulut sopivat mahdollisimman hyvin kaikille. Toivomme mukaan osallistujia sekä Pielavedeltä että Keiteleeltä. Jos osallistujia tulee molemmista kunnista, voimme järjestää harjoituksia joustavasti sekä Pielavedellä että Keiteleellä. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 16.1.2026 14.00

## **Kuvataiteet**

### **111316 Maalaa ja koristele, Pohjois-Pielavesi**

POHJOIS-PIELAVEDEN KOULU Kiuruvedentie 1595

La 13.00–17.00 17.1.–28.2.2026

Tunteja 20 26,00 € 7–12 osallistujaa

Seija Korhonen

Tule maalaamaan ja koristelemaan posliinia, puuta tai kiviä. Ryhmä sopii kaikenikäisille aloitteleville tai aikaisemmin maalanneille. Kurssi kokoontuu Pohjois-Pielaveden koululla lauantaisin: 24.1., 31.1., 21.2., ja 28.2. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111317 Viivan ja värin lumoa- piirustusta ja maalausta**

PUUSTELLIN KOULU, kuvataideluokka Laurinpurontie 23

To 16.00–18.30 15.1.–9.4.2026

Tunteja 36,63 44,00 € 7–12 osallistujaa

Eva-Johanna Mäkinen

Tule mukaan piirtämään ja maalaamaan! Ei tarvitse edeltäviä opintoja! Kokeilemme

harjoittelemme erilaisia piirustuksen ja maalauksen tekniikoita. Katsomme kuvia sommittelusta ja väriopista, mutta emme anna sääntöjen kahlita ilmaisua. Tutustumme myös taidenäyttelyihin Suomessa ja ulkomailla katsoen kuvia. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111318 Tolokun tohroojat - Kuvataidetta päivällä**

Rannankylän koulu (kivikoulu) Puistotie 7

Ti 11.30–14.15 13.1.–7.4.2026

Tunteja 40 48,00 € 7–12 osallistujaa

Ensio Pietikäinen

Ryhmä soveltuu sekä aloitteleville että pidempään kuvataidetta harrastaneille. Ryhmässä opitaan piirtämistä, värioppia, sommittelua ja taidehistorian eri tyylejä. Työskentelyssä voi käyttää pastelli-, akvarelli-, akryyli- tai öljyvärejä oman mieltymyksen mukaan. Pyritään etsimään ja vahvistamaan omaa maalaustyyliä vaihtuvien aiheiden pohjalta. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111319 Kuvanveisto**

Opetustila 2 Laurinpurontie 23 B

La 11.00–16.00 17.1.–11.4.2026

Tunteja 33,30 50,00 € 7–10 osallistujaa

Alberto Ferretti

Kurssilla valmistetaan veistoksia erilaisia kuvanveistotekniikoita käyttäen kipsistä, savesta, betonista tai pronssista. Kurssilla voi valmistaa myös puutarhaveistoksia. Teoksia voi tehdä mallista tai oman suunnittelun mukaan. Kurssi sopii aloittelijoille sekä aiemmin harrastaneille, kaikille kuvanveistosta kiinnostuneille. Kurssi kokoontuu 17.1., 31.1., 28.2., 14.3. ja 11.4. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111320 Kuvataiteen perusopetusta lapsille**

Pohjois-Pielaveden koulu Kiuruvedentie 1595

To 13.35–15.20 15.1.–16.4.2026

Tunteja 30,29 45,00 € 7–12 osallistujaa

Mervi Hyvönen

Kuvataiteen perusopetusta alakouluikäisille. Opintojen tavoitteena on rohkaista, tukea ja kehittää oppilaan kuvallista ilmaisua sekä kuvataiteen perustaitoja. Kuvataiteen perusopinnoissa tutustutaan eri tekniikoihin, välineisiin, materiaaleihin ja kuvataiteen erilaisiin ilmiöihin. Opetuksessa tutkitaan ihmisenä olemista, luontoa ja kultuuria taiteen keinoin. Tekniikoina piirustus, maalaus, painanta ja muotoilu.

Kurssimaksu sisältää materiaalimaksun. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111321 Taidelauantait**

Rannakylän koulu Puistotie 7

La 10.00–15.00 31.1.–28.3.2026

Tunteja 18 22,00 € 7–12 osallistujaa

Sakari Yrjänä

Taidelauantait kokoontuvat kolmena lauantaina 31.1., 28.2. ja 28.3. Kurssin sisältöä suunnitellaan yhdessä ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 23.1.2026 14.00

### **Muotoilu, käden taidot**

#### **111407 Käsillä ja sydämellä- varttuneiden käsityöt**

Opetustila 2 Laurinpurontie 23 B

Ke 12.30–14.30 28.1.–8.4.2026

Tunteja 26,60 32,00 € 7–12 osallistujaa

Johanna Paananen

Tule mukaan käsityökurssille, jossa jokainen saa edetä omaan tahtiinsa ja löytää tekemisen iloa! Ensimmäisellä kerralla suunnitellaan yhdessä toteutettavat käsityöt (voidaan käyttää monipuolisesti erilaisia käsityötekniikoita, kuten ompelua, kankaanmaalausta ja makramea ym.) ryhmän toiveiden ja kiinnostuksen mukaan. Hyödynämme mahdollisuuksien mukaan kierrätysmateriaaleja ja kotinurkista löytyviä tarvikkeita, mutta käytämme myös uusia materiaaleja. Kurssi sopii sekä aloittelijoille että kokeneemmille tekijöille – jokaiselle löytyy sopiva tapa osallistua. Materiaalimaksu käytön mukaan. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 16.1.2026 14.00

#### **111408 Ompelupaja**

RANNANKYLÄN KOULU Puistotie 7

La 9.00–14.30 24.1.–21.3.2026

Tunteja 21,32 26,00 € 7–12 osallistujaa

Johanna Paananen

Voit tulla tuunaamaan, korjaamaan tai tehdä ihan uutta. Käytämme helppoja kaavoja, joten tekeminen on mielekästä ja soveltuu aloittelijoille ja kokeneille. Kurssilla voi tehdä mitä itse haluaa. Opettelemme saumurin, ompelukoneen ja peitetikkikoneen käytöt. Kokoontumiset 13.9., 4.10., 25.10. ja 15.11. Ilmoittautuminen alkaa

29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 16.1.2026 14.00

### **111409 Kudonta**

Opetustila 4 Laurinpurontie 23 B 2. krs.

Ke 17.00–20.00 28.1.–15.4.2026

Tunteja 44 55,00 € 7–12 osallistujaa

Johanna Paananen

Kurssilla opetellaan kaikki maton valmistuksen vaiheet. Kurssi sisältää teoriaa ja sidosoppia. Kurssilaiset voivat päättää, mitä sidoksia tehdään. Valmis loimi ripsi-palttina, joka maksetaan ohjaajalle. Kuteita ja tarvikkeita voi ostaa ohjaajalta. Ei kausi- tai perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 16.1.2026 14.00

### **111410 Huonekalujen verhoilu**

Laurinpurontie 23 B Laurinpurontie 23 B 2. krs.

Ke 18.00–21.00 14.1.–8.4.2026

Tunteja 48 58,00 € 7–8 osallistujaa

Annika Pesu

Kurssilla voi kunnostaa pienikokoisen vanhan nojatuolin tai pikkutuolien verhoilun sekä pintakäsittelyn. Ota etukäteen yhteyttä opettajaan ja kerro, millaista työtä suunnittelet. Opettaja voi näin varmistaa, onnistuuko työn tekeminen väistöiloissa. Opettajan puh. 045 1209101. Ei kausi- tai perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111411 Puutyö 1**

PUUSTELLIN KOULU, teknisen työn tilat Laurinpurontie 23

Ma 18.00–20.15 12.1.–13.4.2026

Tunteja 36 60,00 € 7–10 osallistujaa

Olli Pasonen

Kurssilla on mahdollisuus valmistaa omasta tai opettajan kautta saatavasta puutavaraa erilaisia puutöitä joko koneellisin tai perinteisin käsityömenetelmin. Sopii sekä miehille että naisille. Ei kausi- tai perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111412 Puutyö 2**

PUUSTELLIN KOULU, teknisen työn tilat Laurinpurontie 23

Ti 18.00–20.15 13.1.–7.4.2026

Tunteja 36 60,00 € 7–10 osallistujaa

Olli Pasonen

Kurssilla on mahdollisuus valmistaa omasta tai opettajan kautta saatavasta puutavarasta erilaisia puutöitä joko koneellisin tai perinteisin käsityömenetelmin. Sopii sekä miehille että naisille. Ei kausi- tai perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111413 Kansallispuvun muokkaus**

Opetustila 2 Laurinpurontie 23 B

Ke 16.30–18.45 14.1.–8.4.2026

Tunteja 40 48,00 € 7–12 osallistujaa

Mervi Laukkanen

Tule Muokkaamaan kansallispuvusi sopivaksi! Tämä kurssi on sinulle, jonka puku ei ole mittojesi mukainen tai voit myös korjata rikki mennyttä pukua. Kurssilla voit myös ommella muitakin vaatteita. Jos haluat valmis kaavasta tai vaatteesta omat kaavat, tule oppimaan kaavan muuttamista omille mitoille ja ompelemaan. Ensimmäisellä kerralla suunnitellaan, miten töissä edetään. Ei kausi- tai perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111414 Nahka & Farkku**

Opetustila 2 Laurinpurontie 23 B

Ma 17.00–19.45 12.1.–13.4.2026

Tunteja 39,96 48,00 € 7–12 osallistujaa

Mervi Laukkanen

Tule ideoimaan vanhoista nahkakekseistä tai farkuista uutta! Kurssilla voit suunnitella ja valmistaa esim. laukkuja tai uutta päällepuvutettavaa: liivin, hameen, mekon tai mitä vaan! Kurssilla voit tehdä myös muita ompelutöitä, jos työ on vaikkapa jäänyt kesken tai aivan uutta. Töiden tekemiseen käytetään ompelukonetta, myös nahalle. Ei kausi- tai perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111415 Korukurssi**

PUUSTELLIN KOULU, teknisen työn tilat Laurinpurontie 23

To 11.00–15.00 15.1.–26.3.2026

Tunteja 30 45,00 € 7–12 osallistujaa

Mervi Laukkanen

Kurssilla tehdään erilaisia koruja hopealevystä pakottamalla, jouttamalla ja prässämällä. Mahdollisuus tehdä uusia koruja vanhoista hopealusikoista tai koruista. Mahdollisuus tehdä myös hopeasavesta erilaisia koruja. Voi olla myös teema kertoja esim. helmi tai nappikoru, emalointi- tai geeli korun tekoa. Ilmoittautuminen alkaa

29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111416 Viikonlopun korukurssi**

PUUSTELLIN KOULU, teknisen työn tilat Laurinpurontie 23

La 9.00–14.00, Su 9.00–14.00 10.1.–19.4.2026

Tunteja 48 72,00 € 7–12 osallistujaa

Jaana Pietikäinen

Kurssilla tehdään erilaisia ketjuja hopealangasta ja korvakoruja sekä riipuksia präs-säystekniikalla hopealevystä. Mahdollisuus kierrättää uusiksi koruiksi vanhat hopea-lusikat ja -korut. Ei kausi- eikä perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111417 Huovutus**

Opetustila 3 Laurinpurontie 23 B

Ke 10.00–12.30 14.1.–8.4.2026

Tunteja 39,96 48,00 € 7–12 osallistujaa

Satu Kankkunen

Kurssilla tutustutaan erilaisiin huovutustekniikoihin kuten neulahuovutukseen ja mär-kähuovutukseen. Voit valmistaa vaikkapa vaatteita, tossuja, lapasia, tauluja tai erilai-sia hahmoja. Kurssi sopii aloittelijoille sekä jo aiemmin huovuttaneille. Ilmoittautumi-nen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111427 Kauneutta arkeen keramiikasta**

Opetustila 3 Laurinpurontie 23 B

Ti 17.00–20.00 13.1.–7.4.2026

Tunteja 48 72,00 € 7–10 osallistujaa

Susanna Hotari

Savi on moninainen materiaali, josta voi valmistaa kaunista arjen käyttötarpeisiin, kuten kulhoja, ruukkuja, lautasia, vateja, rasioita tai vaikka laattoja. Toisaalta siitä voi muotoilla vaikka kauan mielessä pyörineen keraamisen veistoksen puutarhaan. Työt toteutetaan erilaisin käsinrakennustekniikoin. Lopuksi tutustutaan lasitteiden maailmaan ja lasittamiseen. Sopii kaikille ikään ja taitoon katsomatta. Materiaalit os-tettavissa opettajalta. Kurssimaksu sisältää polttomaksun. Ei kausi- tai perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111430 Keramiikan tutustumiskurssi nuorille Pielavesi**

Opetustila 3 Laurinpurontie 23 B

Pe 16.00–18.00 27.2.2026

Tunteja 4 15,00 € 7–10 osallistujaa

Susanna Hotari

Savi materiaalina on moninainen ja nyt sinulla on mahdollisuus kokeilla sitä lyhyellä tutustumiskurssilla. Työskentelyn lähtökohtana on osallistujien omat toiveet ja kiinnostuksen kohteet. Mieti jo hieman etukäteen mitä haluaisit savesta kokeilla ja tule rohkeasti mukaan. Aiempaa kokemusta savesta/ keramiikasta ei tarvitse olla. Lasi-tuskerta sovitaan yhdessä. Materiaalit sisältyvät kurssimaksuun. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 20.2.2026 14.00

### **111433 Kenkäkurssi**

PUUSTELLIN KOULU, tekstiilityön luokka Laurinpurontie 23

Ti 16.00–21.00, Ke 16.00–21.00, To 16.00–21.00 24.–26.3.2026

Tunteja 20,01 55,00 € 10–12 osallistujaa

Nelli Nurmi

Kenkien valmistuksessa yhdistyvät ompelu ja tekninen työ. Kurssilla opit perustaitoja kengän valmistusprosessista sekä eri materiaaleista. Valitse valmistettavaksi malliksi matala nilkkuri, pitkävartinen nilkkuri tai matalavartinen kävelykenkä. Kenkälestien koot 35-45, valittavissa leveää ja kapeaa mallia. Ota mukaan sakset, kyniä, viivoitin ja kangasta, joista haluat kengät valmistaa. Voit ottaa mukaan myös oman ompelukoneen. Kankaaksi soveltuu hyvin mikä tahansa peruskangas kuten puuvilla, pellava, polyesteri, viskoosi, panama, gobeliini, näiden sekoitteet. Kovin ohutta kangasta ei kannata valita. Kankaan määrä noin: Matala nilkkuri 70cm x 50cm Nilkkuri 80cm x 50cm Pitkävartinen nilkkuri 100cm x 50cm Opettaja tuo kurssilla tarvittavat materiaalit sekä työkalut, saat infokirjeen ennen kurssia opettajalta. Kurssi sopii ompelun alkeet hallitseville. Materiaalimaksu 40-45 € maksetaan opettajalle ensimmäisenä kurssipäivänä. Tuoksu- ja kemikaaliherkät huomioikaa, että kurssilla käytössä voimakasta kontaktiilimaa. Kurssi toteutuu kymmenellä opiskelijalla. Ei kausi- tai perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 27.2.2026 14.00

### **111458 Verkko- ja verkkovälineiden käyttökurssi**

PUUSTELLIN KOULU, teknisen työn tilat Laurinpurontie 23

Ma 15.00–20.00, Ti 15.00–20.00, To 15.00–20.00, Pe 15.00–20.00, La 10.00–15.00  
21.5.–9.6.2026

Tunteja 39 47,00 € 7–10 osallistujaa

Irene Saastamoinen

Kurssilla voit valmistaa katiskaverkosta omien toiveittesi mukaan kesäiseen kotiin, parvekkeelle, terassille tai puutarhaan esim. jäniksiä, siilejä, lintuja, perhosia sekä kukkia. Ota mukaan sivuleikkurit, kärkipihdit ja tukevat nahka- tai puutarhakäsineet. Kurssin suunnittelu kokoontuminen to 21.5. klo 17.00 - 19.30. Kurssi jatkuu to 28.5., ma 1.6., ti 2.6., pe 5.6. ti 9.6. klo 15.00 - 20.00 sekä la 6.6. klo 10.00 - 15.00. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 8.5.2026 14.00

## **Muut taide- ja taitoaineet**

### **111717 Lasityön alkeet**

Opetustila 3 Laurinpurontie 23 B

To 17.00–19.30 15.1.–9.4.2026

Tunteja 39,96 50,00 € 7–12 osallistujaa

Mervi Laukkanen

Tule oppimaan lasin työstön alkeet alusta lähtien. Kurssi sisältää työvälineiden ja koneiden käytön opetusta sekä lasin leikkausta. Mahdollisuus tehdä Tiffany - töitä ja myös joitakin lasin sulatus töitä. Myös lasimosaiikki töitä on mahdollista tehdä hyödyntäen esim. vanhoja ikkunan pokia tai päällystämällä vanhan pöydän pinnan. Kurssi käy aloitteleville ja jatkaville opiskelijoille. Tervetuloa matalalla kynnyksellä mukaan! Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111718 Ihanat tuohityöt**

Opetustila 2 Laurinpurontie 23 B

Pe 17.00–21.00, La 9.00–15.45, Su 9.00–14.45 15.–17.5.2026

Tunteja 20 24,00 € 7–13 osallistujaa

Jaana Öljymäki

Opettelemme tuohitöiden perusasiat ja valmistamme eri tekniikoilla esimerkiksi leipäkorin, säilytyskopan, koruja ja muita pientuotteita. Kurssi sopii sekä aloittelijoille että jo kokeneemmille. Opettajalta mahdollisuus ostaa kurssilla käytettävä tuohimateriaali (noin 8-30 e). Mukaan puukko, mattoveitsi, leikkuualusta, sakset, metallivivain sekä noin 30 kpl pyykkipoikia. Osallistujille lähetetään tarkemmat ohjeet ennen kurssia Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 24.4.2026 14.00

### **111720 Korukivenhionta**

Opetustila 3 Laurinpurontie 23 B

Pe 18.00–21.15, La 9.00–16.00, Su 9.30–16.00 27.–29.3.2026

Tunteja 20 35,00 € 7–12 osallistujaa

Matti Heinonen

Kurssilla opetellaan hiomaan kivistä valmiita koruja tai muita pieniä kiviesineitä. Kurssilla voit käyttää opettajan tuomia kiviä, mutta voit hioa myös omista, esimerkiksi matkoilta tuoduista kivistä. Opettajalta voit ostaa valmiita korupohjia, tarjolla on esimerkiksi puisia, pronssisia ja hopeisia pohjia. Voit myös tehdä kiven kurssilla ja teettää pohjan kultasepällä tai valmistaa sen itse. Kurssi soveltuu hyvin aloittelijoille, et tarvitse mitään ennakkotaitoja. Materiaalimaksu on 7 euroa ja siihen sisältyy opettajan tuomien kivien käyttö sekä kahvi tai tee. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 6.3.2026 14.00

### **111721 Mosaiikkia päivällä**

Opetustila 3 Laurinpurontie 23 B

Ma 12.00–14.45 12.1.–13.4.2026

Tunteja 44 50,00 € 7–14 osallistujaa

Satu Kankkunen

Kurssi on tarkoitettu sekä aloitteleville ja kokeneemmille mosaiikin taitajille. Materiaalina voi käyttää laattojen, posliinin ja lasin hukkapaloja tai valmiita mosaiikkipaloja. Perinteisten mosaiikitöiden lisäksi kurssilla voi tehdä ja päällystää myös kolmiulotteisia hahmoja sekä käännteistekniikalla betonilaattoja. Tarvittaessa myös lasin sulatus on mahdollista. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

## **Englanti**

### **121301 English for You, too! / Come along start**

Opetustila 2 Laurinpurontie 23 B

To 15.00–16.30 15.1.–16.4.2026

Tunteja 24 29,00 € 7–15 osallistujaa

Merja Auvinen

Jatkamme EFY, too! Book 2 kirjan viimeisellä kappaleella, jonka jälkeen siirrymme lukemaan uutta alkeiden kertaukseen tarkoitettua Come along start kirjaa. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **121320 Stepping Stones 2**

Opetustila 2 Laurinpurontie 23 B

To 13.30–15.00 15.1.–16.4.2026

Tunteja 24 24,00 € 7–15 osallistujaa

Merja Auvinen

Uusi kurssi englantia jo osaavalle ja sitä useamman vuoden lukeneelle. Puhumiseen

kannustava oppimateriaali, jossa kieltä opitaan sitä käyttämällä. Suullisia tehtäviä ja sanaston kertausta pareittain. Aiheina aikuisopiskelijaa kiinnostavat ajankohtaiset aiheet. Oppikirjana Stepping Stones 2. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

## **Muut kielet**

### **121905 Karjalankieli**

PUUSTELLIN KOULU, kirjastoluokka

Pe 17.00–18.30 16.1.–17.4.2026

Tunteja 24 29,00 € 7–20 osallistujaa

Kari P. Koslonen

Terveh hyvä ristikanzu. Himoittauko sinuu tuttavuo Karjalan kieleh da kuturah. Tule joukkoh yhtes opastumah libo mustelemah Karjalan kielydy. Kiinnostaako karjalankieli? Tule tutustumaan ja oppimaan mukavaan joukkoon tekstien, runojen ja laulujen kautta Karjalan kieltä. Ryhmä kokoontuu joka perjantai. Kurssimaksu sisältää materiaalit. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

## **Historia**

### **131114 Juuria syvemälle – sukututkimuksen jatkokurssi**

Puustellin koulu, kirjasto Laurinpurontie 23

To 17.00–19.00 29.1.–9.4.2026

Tunteja 24,03 29,00 € 7–20 osallistujaa

Emmi Nousiainen

Tällä kurssilla voit ottaa aikaa omalle sukututkimuksellesi ja oppia lisää sukusi historiasta! Kurssilla jatkamme syventymistä mm. erilaisiin sukututkimuksen lähdeaineistoihin, hyödyllisiin suvun historiaan vaikuttaneisiin ilmiöihin sekä muihin toivottuihin teemoihin. Koska kurssi on jatkokurssi, sinun on hyvä hallita perusteet mm. hakukoneista (Hiski, Katiha) ja muiden keskeisten palveluiden (Astia / Digihakemisto / SSHY:n) käytöstä. Kurssin painotus on käytännön työskentelyssä ja kurssilla on mahdollisuus henkilökohtaiseen ohjaukseen. Oma laite ei ole välttämätön, mutta sitä suositellaan. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 16.1.2026 14.00

## **Terveydenhuolto**

### **611122 Ensiapu 1**

OPINPORTTI (Lukio) I k 32 Koulutie 3

La 8.00–15.30, Su 8.00–15.30 18.–19.4.2026

Tunteja 16 50,00 € 7–16 osallistujaa

Markus Kantola

Ensiavun peruskurssi antaa perustiedot ja -taidot auttamiseen hätätilanteissa sekä tavallisimmissa sairaus- ja onnettomuustilanteissa. EA1 kurssitodistus on voimassa kolme vuotta. Sisältö: auttamistoiminta onnettomuudessa tai sairauskohtauksessa, hätäensiavun perusteet, tajuttomalle annettava ensiapu, peruselvytys sisältäen sydäniskurin käyttökoulutuksen, tukehtuvan ensiapu, verenkierron häiriötila (sokki). Tavallisimmat sairauskohtaukset, palovammat ja sähköön aiheuttamat vammat, nivelvammat ja murtumat, myrkytykset ja haavat. Kausi-perhekortti ei käy kurssimaksuksi. Sähköinen ja muovinen EA kortti 25€, maksetaan kouluttajalle. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 27.3.2026 14.00

## **Kotitalous**

### **811208 Kauniit kuppikakut**

PUUSTELLIN KOULU, kotitalousluokka Laurinpurontie 23

La 10.00–13.00 24.1.2026

Tunteja 4 15,00 € 7–10 osallistujaa

Anne Laitila, koko Suomi leipoo kisan voittaja

Kurssilla leivotaan ja koristellaan kauniita kuppikakkuja. Kuppikakut kuorrutetaan maukkaalla kuorrutteella erilaisin pursotuksin. Lisäksi koristeena käytetään koriste-helmiä sekä itsetehtyjä sokerimassakoristeita. Kurssin hintaan sisältyy raaka-aineet, reseptit sekä kolmen tyllan (eli pursotusterän) setti. Lisäksi kurssilaisen käytössä on kurssin aikana laaja valikoima koristeluvälineitä ja tarvikkeita. Jokainen osallistuja leipoo ja saa mukaansa kuusi (6) itse koristelemaansa kuppikakkuja. Raaka-aine ja tarvikemaksu opettajalle 25 €. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **811212 Kasvisruokakurssi - Kasvipohjaiset proteiinit ja satokauden maut**

PUUSTELLIN KOULU, kotitalousluokka Laurinpurontie 23

La 10.30–15.00 14.3.2026

Tunteja 6 15,00 € 7–12 osallistujaa

Paukku Marjaana

Kurssilla valmistetaan neljän ruokalajin kokonaisuus hyödyntäen eri kasviproteiineja sekä satokauden kasviksia. Kurssilla opitaan käsittelemään mm. tofua, linssejä ja

soijarouhetta. Kurssilla valmistetut ruoat nautitaan yhdessä kurssin päätteeksi ja ylimääräruoat saa ottaa kotiin mukaan. Otathan kurssille mukaan omia rasioita ruoan kuljetusta varten sekä tarvittaessa essun ja myssyn (tai hiukset kiinni). Materiaalimaksu varmistuu lähempänä kurssia osallistujien määrästä riippuen, kuitenkin max. 25 € / hlö. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 20.2.2026 14.00

## Vartiointi

### **821203 Järjestyksenvalvojan peruskurssi**

OPINPORTTI (Lukio) lk. 31 Koulutie 3

Pe 17.00–20.15, La 8.30–16.00, Su 8.30–16.00 16.1.–1.2.2026

Tunteja 40 135,00 € 10–10 osallistujaa

Raimo Lappalainen, turvallisuuskouluttaja, ft

Kurssimaksu sisältää opetuksen, tulostetun kurssimateriaalipaketin, loppukokeen, todistuksen sekä mahdollisen yhden uusintakokeen. Opetukseen on osallistuttava 100 %:sti. Kurssin hyväksytysti suorittaneet yli 18 vuotiaat voivat lunastaa henkilökohtaisen järjestyksenvalvojakortin poliisilaitokselta. Kurssi kokoontuu pe-su 16.-18.1., pe-la 30.-31.1., su 1.2. koe ja kurssin päätös. Kurssikokonaisuuteen kuuluva pelastustoiminta sovitaan myöhemmin samoin hätäensiapu. (Yhteensä 40 tuntia) Perhe- tai kausikortti ei käy kurssimaksuksi. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

## Liikunta

### **831146 Aamujumppa**

LIIKUNTAHALLI Puistotie 7

Ti 8.00–8.45 13.1.–7.4.2026

Tunteja 12 18,00 € 7–12 osallistujaa

Tuula Moilanen

Käynnistä päivä kehoa lempeästi herättelevällä aamujumpalla! Aamujumpassa tehdään kevyitä lihaskunto- ja kehoa avaavia liikkuvuus sekä venyttelyliikkeitä. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831147 Aamukuntosali**

LIIKUNTAHALLI kuntosali Puistotie 7

Ti 9.00–10.00 13.1.–7.4.2026

Tunteja 15,96 24,00 € 7–12 osallistujaa

Tuula Moilanen

Käynnistä päivä kuntosalilta! Aamukuntosalilla tehdään tehokasta ja monipuolista kiertoharjoittelua laitteilla sekä vapailla painoilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831148 Päivätreeni +venyttely**

SUOJALA Puistotie 8

Ma 12.00–13.30 12.1.–13.4.2026

Tunteja 24 36,00 € 7–20 osallistujaa

Tuula Moilanen

Kuntoa kohottavaa ja sykettä nostavaa liikuntaa. Tunti koostuu aerobisesta harjoittelusta sekä monipuolisista lihaskuntoliikkeistä. Tunnin aluksi lämmitellään ja lopuksi venytellään. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831149 Tehotreeni + venyttely**

LIIKUNTAHALLI Puistotie 7

Ma 17.30–18.45 12.1.–13.4.2026

Tunteja 18,26 27,00 € 7–20 osallistujaa

Tuula Moilanen

Reipas ja monipuolinen treeni, jossa vuorottelevat oman kehonpainon liikkeet ja vaihtuvin välinein lihaskuntoharjoittelu. Tunti vahvistaa koko kehoa, kehittää lihaskuntoa ja parantaa kestävyyttä. Mukaan ovat tervetulleita kaiken tasoiset liikkujat – liikkeiden haastavuutta voi säädellä oman kunnan ja fiiliksen mukaan. Tunnin lopuksi tehdään venyttely- ja liikkuvuusliikkeitä (noin 20-25min) Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831150 Pilates**

SUOJALA Puistotie 8

Ke 18.15–19.15 14.1.–8.4.2026

Tunteja 15,96 26,00 € 7–20 osallistujaa

Tuula Moilanen

Pilates on keuhonhallintamenetelmä, joka vahvistaa keskivartalon syviä lihaksia, koventaa ja ylläpitää ryhtiä sekä selkärangan hyvinvointia, kehittää voimaa ja liikkuvuutta. Menetelmän avulla voi oppia ergonomisia liikeratoja, harjoittaa tasapainoa ja hengitystekniikkaa. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831153 Country line -rivitanssi, helpot**

SUOJALA Puistotie 8

Ma 19.00–20.00 12.1.–13.4.2026

Tunteja 15,96 26,00 € 7–16 osallistujaa

Eeva Komulainen

Rivitanssi on hauska ja vauhdikas tanssilaji. Rivitanssi on liikuntaa, joka vahvistaa muistia ja koordinaatiota. Musiikkina käytetään kantria, irlantilaista musiikkia ja latinorytmejä. Tanssin iloa rennossa porukassa. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831154 Country line -rivitanssi, jatko**

SUOJALA Puistotie 8

Ma 18.00–19.00 12.1.–13.4.2026

Tunteja 15,96 26,00 € 7–16 osallistujaa

Eeva Komulainen

Sopii perusaskeleet ja -kuviot osaaville. Rivitanssi on hauska ja vauhdikas tanssilaji. Rivitanssi on liikuntaa, joka vahvistaa muistia ja koordinaatiota. Musiikkina käytetään kantria, irlantilaista musiikkia ja latinorytmejä. Tanssin iloa rennossa porukassa. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831155 Tanssoijat +65v**

SUOJALA Puistotie 8

Ti 11.00–12.30 13.1.–7.4.2026

Tunteja 24 38,00 € 7–30 osallistujaa

Eeva Komulainen

Tanssimme kansainvälisiä seuratanseja useimmiten paripiirissä, jossa tanssipari vaihtuu, oletpa mies tai nainen. Tansseissa toistuvat helposti omaksuttavat askel-sarjat. Monipuolinen, hyvärytmisen musiikki auttaa löytämään tanssin ilon. Myöskin soolotansseja. Parantaa tasapainoa, harjoittaa muistia ja koordinaatiota, antaa oppimisen iloa ja elämyksiä. Rytmeinä valsseista rumbaan ja tangosta humppaan. Tule rohkeasti kokeilemaan, sopii myöskin aloittelijoille. Huom. omaa paria ei tarvita. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831156 Iloa istumatansseista**

SUOJALA Puistotie 8

Ti 10.00–11.00 13.1.–7.4.2026

Tunteja 15,96 26,00 € 7–30 osallistujaa

Eeva Komulainen

Ikäinstituutin istumatanssit on mukava ja hyvää mieltä tuottava liikuntamuoto.

Liikumme rytmikkään musiikin tahdissa tuolilla istuen. Istumatanssissa käytetään oppimista ja muistamista helpottavia mielikuvia. Erittäin hyvää aivojumppaa. Sopii hyvin myöskin liikuntarajoitteisille. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831157 Kuntosali**

LIIKUNTAHALLI kuntosali Puistotie 7

Ti 16.15–17.15 13.1.–7.4.2026

Tunteja 15,96 24,00 € 7–15 osallistujaa

Tanja Saastamoinen

Tunneilla opit käyttämään kuntosalilaitteita ja vapaita painoja turvallisesti ja tehokkaasti. Treenien avulla kehität kestävyys- ja lihaskuntoasi. Tunneilla tehdään alkulämmittelyn jälkeen monipuolinen lihaskuntotreeni eri laitteilla ja välineillä. Tunti päätetään venyttelyllä. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831158 Kuntosali**

LIIKUNTAHALLI kuntosali Puistotie 7

Ti 17.30–18.30 13.1.–7.4.2026

Tunteja 15,96 24,00 € 7–15 osallistujaa

Tanja Saastamoinen

Tunneilla opit käyttämään kuntosalilaitteita ja vapaita painoja turvallisesti ja tehokkaasti. Treenien avulla kehität kestävyys- ja lihaskuntoasi. Tunneilla tehdään alkulämmittelyn jälkeen monipuolinen lihaskuntotreeni eri laitteilla ja välineillä. Tunti päätetään venyttelyllä. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831159 Ryhtikurssi**

LIIKUNTAHALLI kuntosali Puistotie 7

Ke 11.00–12.00 14.1.–8.4.2026

Tunteja 15,96 24,00 € 7–14 osallistujaa

Tanja Saastamoinen

Onko sinulla alaspäin painunut ryhti? Eteenpäin kääntyneet olkapäät? Lihaskuntien aiheuttamia kiputiloja yläselässä lapaluiden alueella? Kurssilla ohjataan ryhtiä ja yläselän asentoa kohentavia liikkeitä ja parannetaan rintarangan liikkuvuutta. Keskiytään myös yläselän ja niskahartiaseudun lihaskuntien lieventymiseen harjoitteiden ja venyttelyiden avulla. Sopii kaikille, erityisesti toimistotyöläisille. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831160 Matalan kynnyksen jumppa**

PUUSTELLIN KOULU, liikuntasali Laurinpurontie 23

To 16.30–17.15 15.1.–16.4.2026

Tunteja 12 18,00 € 7–25 osallistujaa

Tanja Saastamoinen

Tämä kurssi on juuri sinulle, joka mietit kuntoilun aloittamista. Kehonpainokuntoilua, sykkeen kohotusta ja liikkuvuuden parantamista. Sopii kaiken ikäisille ja kuntoisille.

Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831161 Kehonhuolto**

PUUSTELLIN KOULU, liikuntasali Laurinpurontie 23

To 17.20–18.10 15.1.–16.4.2026

Tunteja 13,32 20,00 € 7–25 osallistujaa

Tanja Saastamoinen

Kehonhuoltotunnilla keskitytään kehon liikkuvuuden, lihastasapainon ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ylläpitämiseen ja edistämiseen. Tunti sisältää monipuolisia liikku-  
kuvuus- ja venyttelyharjoitteita sekä kehonhallintaa kehittäviä liikkeitä. Tavoitteena on lisätä kehotietoisuutta, ehkäistä lihaskireyksiä ja edistää palautumista arjen ja liikunnan rasituksista. Tunti sopii kaikentasoisille liikkujille, eikä aiempaa kokemusta tarvita. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026

14.00

### **831162 Kiddiejam, 3-6v. tanssiliikuntaa**

PUUSTELLIN KOULU, liikuntasali Laurinpurontie 23

Ti 16.30–17.00 13.1.–7.4.2026

Tunteja 8,04 15,00 € 7–12 osallistujaa

Sanna Nousiainen

Kiddiejam tunnilla päästään kurkistamaan eri tanssilajien maailmaan. Tanssituokio tarjoaa maistiaisista showtanssin, baletin, kansantanssin ja paritanssin perusteista.

Tunti kehittää lapsen tanssillisia perustaitoja leikin lomassa. Kiddiejam on jammailua lasten ehdoilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy

7.1.2026 14.00

### **831163 Kiddiejam, 7-12 v. tanssiliikuntaa**

PUUSTELLIN KOULU, liikuntasali Laurinpurontie 23

Ti 17.00–17.45 13.1.–7.4.2026

Tunteja 12 15,00 € 7–12 osallistujaa

Sanna Nousiainen

Kiddiejam tunnilla päästään kurkistamaan eri tanssilajien maailmaan. Tanssituokio

tarjoaa maistiaisista showtanssin, baletin, kansantanssin ja paritanssin perusteista. Tunti kehittää lapsen tanssillisia perustaitoja leikin lomassa. Kiddiejam on jammailua lasten ehdoilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831164 Lavis, Pielavesi**

PUUSTELLIN KOULU, liikuntasali Laurinpurontie 23

Ti 18.00–19.00 13.1.–7.4.2026

Tunteja 15,96 24,00 € 7–30 osallistujaa

Sanna Nousiainen

Lavis-lavatanssijumppa on hauska, helppo ja hikinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssiaskelien ja jumpan välimuotoon. Tunnilla tanssitaan yksin tuttuja lavatanssilajeja ja mausteina välillä jotain erikoisempiakin rytmejä. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831165 Dancemix, Pielavesi**

PUUSTELLIN KOULU, liikuntasali Laurinpurontie 23

Ti 19.15–20.15 13.1.–7.4.2026

Tunteja 15,96 24,00 € 7–30 osallistujaa

Sanna Nousiainen

Dancemix tunnilla tanssitaan ja hikoillaan hyvän musiikin tahdissa. Tunneille ei tarvitse aiempaa tanssikokemusta, koreografiat on helppoja ja tällä tunnilla saa pitää hauskaa. Ilmoittautuminen alk. 29.12.2025 9. Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.

### **831166 Varttuneiden liikunta Pohjois-Pielavesi**

POHJOIS-PIELAVEDEN KOULU Kiuruvedentie 1595

Ke 17.00–18.00 14.1.–8.4.2026

Tunteja 15,96 24,00 € 7–15 osallistujaa

Sanna Nousiainen

Ryhmä on tarkoitettu kuntouttavaksi ja ennaltaehkäiseväksi liikunnaksi. Monipuolista liikuntaa kaikille lihasryhmille turvallisesti ja liikkujien terveydentila huomioon ottaen. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831167 Liikunta Pohjois-Pielavesi**

POHJOIS-PIELAVEDEN KOULU Kiuruvedentie 1595

Ke 18.00–19.00 14.1.–8.4.2026

Tunteja 15,96 24,00 € 7–15 osallistujaa

Sanna Nousiainen

Monipuolista ja lihaskuntoa vahvistavaa liikuntaa, vaihtuvin teemoin ja välinein. Aluksi lihasten lämmittelyä ja lopussa venyttelyä. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831168 Varttuneiden liikunta, Kirkonkylä**

PUUSTELLIN KOULU, liikuntasali Laurinpurontie 23

Ti 15.15–16.15 13.1.–7.4.2026

Tunteja 15,96 24,00 € 7–30 osallistujaa

Sanna Nousiainen

Ryhmä on tarkoitettu kuntouttavaksi ja ennaltaehkäiseväksi liikunnaksi. Monipuolista liikuntaa kaikille lihasryhmille turvallisesti ja liikkujien terveydentila huomioon ottaen.

Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831170 Paritanssikurssi, Bachata**

SUOJALA Puistotie 8

Su 11.00–13.30 8.–15.2.2026

Tunteja 8 15,00 € 7–30 osallistujaa

Jukka Suorsa ja Aija Pasanen

Tule tutustumaan ja oppimaan lavoilla tanssittavaa bachataa. Bachata on helposti omaksuttava, lempeä ja rauhallinen tanssi Dominikaanisesta tasavallasta. Bachatassa yhdistellään askeleihin erilaisia kuvioita ja vartalon liikeratoja; mutkikkaita käännöksiä ei juurikaan käytetä. Musiikki on saanut vaikutteita rumba-musiikista, merenguesta ja afrikkalaismusiikista. Kurssille voi tulla yksin tai parin kanssa, myös naisilla on mahdollisuus opetella vientiä. Kurssi kokoontuu kahtena sunnuntaina 8.2.2025 ja 15.2.2025. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 23.1.2026 14.00

### **831171 Wanha Tango**

SUOJALA Puistotie 8

Su 11.00–13.30 12.–19.4.2026

Tunteja 8 15,00 € 7–30 osallistujaa

Jukka Suorsa ja Aija Pasanen

Wanha Tango on kehitetty suomalaisen tangon aidoista ja alkuperäisistä muodoista, joita on tanssittu Suomessa jo yli sadan vuoden ajan. Yksinkertaiseen vanhaan tanssitapaan on muokattu eri tanssityyleistä koostuva Wanhan Tangon kokonaisuus, joka kasvattaa suosiotaan jatkuvasti tanssiseuroissa ja tanssipaikoilla ympäri maan. Tule mukaan muistojen matkalle ja koe tangon aito tunnelma! Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 20.3.2026 14.00

### **831178 Ryhtikurssi**

LIIKUNTAHALLI kuntosali Puistotie 7

Pe 16.00–17.00 16.1.–27.2.2026

Tunteja 9,31 15,00 € 7–14 osallistujaa

Tanja Saastamoinen

Onko sinulla alaspäin painunut ryhti? Eteenpäin kääntyneet olkapäät? Lihaskivien aiheuttamia kiputiloja yläselässä lapaluiden alueella? Kurssilla ohjataan ryhtiä ja yläselän asentoa kohentavia liikkeitä ja parannetaan rintarangan liikkuvuutta. Keski-tytään myös yläselän ja niskahartiaseudun lihaskivien lieventymiseen harjoitteiden ja venyttelyiden avulla. Sopii kaikille, erityisesti toimistotyöläisille. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831183 Lauantain hyvinvointituokio - kuntopiiri, lempeä kehotietoisuusjooga & äänimaljarentoutus**

PUUSTELLIN KOULU, liikuntasali Laurinpurontie 23

La 12.00–14.30 7.2.2026

Tunteja 3,33 15,00 € 7–20 osallistujaa

Lotta Paretskoi

Tämä lauantain hyvinvointituokio yhdistää kolme toisiaan täydentävää harjoitusta: kuntopiirin, lempeän kehotietoisuusjoogan ja äänimaljarentoutuksen. Kokonaisuus tarjoaa sekä kehoa vahvistavaa liikettä että palauttavaa, hermostoa rauhoittavaa harjoittelua. Aloitamme noin 45 minuutin kuntopiirillä, jossa liikutaan oman kehonpainon ja kevyiden välineiden avulla. Tunti sopii kaikentasoisille liikkujille, ja liikkeet voi tarvittaessa räätälöidä jokaisen kuntotason mukaan. Kuntopiirin jälkeen siirrymme kehotietoisuusjoogaan, joka yhdistää lempeät jooga-asennot ja kehon kuuntelun. Harjoitus etenee rauhallisesti ja antaa tilaa oman rytmin ja hengityksen löytämiselle. Kokonaisuus päättyy äänimaljarentoutukseen, jossa kauniisti soivat äänimaljat tukevat rentoutumista, hermoston rauhoittumista ja kokonaisvaltaista palautumista. Tämä hyvinvointituokio sopii täydellisesti viikonlopun lempeäksi hengähdyshetkeksi. Mukaan tarvitset: joogamaton, viltin ja halutessasi tyynyn sekä villasukat. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 23.1.2026 14.00

### **831187 Hathajooga**

PUUSTELLIN KOULU, liikuntasali Laurinpurontie 23

Ma 16.30–17.45 12.1.–13.4.2026

Tunteja 19,92 30,00 € 7–20 osallistujaa

SJL Marjatta Airas

Sopii parhaiten jo aikaisemmin joogaa harrastaneille. Tule parantamaan hyvinvointiasi joogan avulla. Jooga vetreyttää lihakset ja hengityksen viedessä liikettä mieli

tyyntyä. Kurssilla keskitytään koko kehon hyvinvointiin. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831189 Retkeilyn perusteet Pielavesi (aikuiset ja yli 12 vuotiaat)**

PUUSTELLIN KOULU, kirjastoluokka

Ke 18.00–20.00, To 18.00–20.00, La 10.00–15.00 29.4.–23.5.2026

Tunteja 11,98 15,00 € 7–20 osallistujaa

Saku Lipsanen

Tervetuloa lyhytkestoiselle retkeilyn peruskurssille, jossa käydään läpi retkeilyyn liittyviä perusasioita aloittelijatasolla. Kurssiin kuuluu kaksi luentoiltaa, joiden aikana keskustellaan muun muassa retken suunnittelusta, varusteiden ja välineiden valinnasta sekä toimimisesta itse maastossa retken aikana, turvallisuus- ja jokamiehenoi-keuskysymykset huomioiden. Luentoiltojen jälkeen kolmannella tapaamiskerralla lähdetään yhdessä lähilaavulle päiväretkelle (paikka ilmoitetaan myöhemmin), jossa harjoitellaan kurssilla opittuja asioita käytännössä. Aiempaa kokemusta sinulla ei tarvitse retkeilystä olla, mielenkiinto aiheeseen ja into oppia riittää! Kokoontumiset ke 29.4. ja to 14.5. klo 18-20 retkipäivä 23.5. klo 10-15. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 10.4.2026 14.00

## **Terveys**

### **831202 Hygieneniäpassikoulutus**

Puustellin koulun luokka Laurinpurontie 23

Ma 18.00–20.15 2.–16.2.2026

Tunteja 6 15,00 € 7–30 osallistujaa

Janne Maksimainen

Jos työskentelet elintarvikealalla, sinulla on hyvä olla hygieneniäpassi, jolla osoitat hallitsevasi tarpeelliset hygieneniätiedot ja -käytännöt. Kahden kerran kurssi valmentaa hygieneniäosaamistestien suorittamiseen. 2.2. perehdytään aineistoon, jonka jälkeen sinulle jää kaksi viikkoa aikaa opiskella aineistoa itsenäisesti ja 16.2. suoritetaan suomenkielinen hygieneniäpassitesti. Yli 15 vuotta täyttäneille. Hygieneniäosaamistesti- ja todistuskassa 38 €. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 16.1.2026 14.00

# KEITELE

## Musiikki

### **111150 Pianonsoitto Keitele - kevät**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, alakoulun perusluokka A34 Koulutie 4

Ti 14.30–16.00 13.1.–5.5.2026

Tunteja 0 48,00 € 4–6 osallistujaa

Laura Láng-Matsi

Opiskelemaan voi tulla kuka tahansa iästä ja soittotaidosta riippumatta. Opetus on yksilöopetusta 15 min/kerta, kuusitoista kertaa. Käytetään eri oppimateriaaleja: piano-oppaita, oppilaan omia nuotteja, vapaasäestyksen aineistoja, laulukirjoja jne. Kappalevalinnoissa otetaan huomioon myös opiskelijan toiveita. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111151 Muskari, Keitele - kevät**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, alakoulun perusluokka A34 Koulutie 4

Ti 17.00–17.45 3.2.–28.4.2026

Tunteja 6 20,00 € 5–7 osallistujaa

Laura Láng-Matsi

Muskari on tarkoitettu alle kouluikäisille lapsille. Opetuskerroilla yhdistyvät mukavalla tavalla laulamien, liikkuminen, leikkiminen ja piirtäminen. Tuokiossa toimimme pienten ehdoilla. Huoltajat (vanhemmat tai isovanhemmat tai muu luotettu aikuinen) kulkevat alle 3-vuotiaiden mukana. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 23.1.2026 14.00

### **111152 Nostalgia-illat Keitele - kevät**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, alakoulun perusluokka A34 Koulutie 4

Ti 17.00–18.30 27.1.–21.4.2026

Tunteja 8 0,00 € 7–10 osallistujaa

Laura Láng-Matsi

Kokoonnumme laulamaan yhteislauluja neljänä iltana pianon säestyksellä. Laulukerrat ovat 27.1., 24.2., 24.3. sekä 21.4. Olet tervetullut laulamaan myös ilmoittautumatta. Ei kurssimaksua. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 23.1.2026 14.00

### **111153 Yksinlaulu Keitele, kevät A**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, alakoulun perusluokka A34 Koulutie 4

Ma 14.00–17.00 2.2.–30.3.2026

Tunteja 0 72,00 € 4–4 osallistujaa

Laura Láng-Matsi

Kurssi on tarkoitettu 12-vuotta täyttäneille tasosta riippumatta. Opetuksen kesto on 45 min/krt, kahdeksan kertaa. Tunnilla kehitetään hengitystekniikkaa, äänenmuodostusta ja laulamme eri tyyliä lauluja säestyksen kanssa. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 23.1.2026 14.00

### **111154 Yksinlaulu Keitele, kevät B**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, alakoulun perusluokka A34 Koulutie 4

Ti 12.45–14.15, Ti 16.00–16.45 3.2.–31.3.2026

Tunteja 0 72,00 € 3–3 osallistujaa

Laura Láng-Matsi

Kurssi on tarkoitettu 12-vuotta täyttäneille tasosta riippumatta. Opetuksen kesto on 45 min/krt, kahdeksan kertaa. Tunnilla kehitetään hengitystekniikkaa, äänenmuodostusta ja laulamme eri tyyliä lauluja säestyksen kanssa. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 23.1.2026 14.00

### **111155 Viihdekuoro Vire - kevät**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, alakoulun perusluokka A34 Koulutie 4

Ma 17.30–19.00 19.1.–27.4.2026

Tunteja 14 21,00 € 6–15 osallistujaa

Laura Láng-Matsi

Viihdekuoro tarjoaa rentoa ja mukavaa yhdessä laulamista. Ohjelmistossa otetaan myös kuorolaisten toiveet huomioon, pääpaino on viihdemusiikissa. Kuoro harjoittelee tavoitteellisesti, mutta kuitenkin pilke silmäkulmassa. Aiempaa kokemusta kuorolaulusta ei tarvita, mutta laulutaito helpottaa kappaleiden omaksumista. Kuoro koontuu parillisilla viikoilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **11125 Karaoke laulua**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, musiikkiluokka Y24 Koulutie 3

Su 12.00–15.00 8.2.–12.4.2026

Tunteja 16 24,00 € 7–12 osallistujaa

Juha Remes

Kurssilla perehdytään karaoke laulun saloihin. Kurssi on ryhmäopetusta, jossa oman henkilökohtaisen kokemuksen lisäksi opitaan myös toisten kurssilaisten laulusta opetuksen seuraamisen avulla. Kokoontumiset 8.2., 22.2., 15.3. ja 12.4. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 23.1.2026 14.00

## **111209 Hyppää lavalle -teatterikurssi**

PUUSTELLIN KOULU, kirjastoluokka

La 11.00–14.00 7.2.–4.7.2026

Tunteja 65 78,00 € 7–12 osallistujaa

Katja Grönfors

Kiinnostaako näyttöleminen, muttet ole koskaan rohjennut hypätä lavalle tai mukava porukka on puuttunut? Tälle kurssille ovat tervetulleita kaikki teatterin tekemisestä kiinnostuneet, niin konkarit kuin ensikertalaisetkin. Kurssilla opit kannustavassa ilmapiirissä teatterin tekemisen osa-alueita samalla, kun rakennat roolihahmoa. Kurssilla valmistetaan pieni näytelmä, jota esitetään alkukesästä mahdollisesti sekä Pielavedellä että Keiteleellä. Kurssi vaatii sitoutumista, mutta tarjoaa innostavan ja antoisan matkan kokeneen ammattilaisen, Katja Väänäsen, ohjauksessa. Hänen ohjaustöitään on voinut nähdä mm. Keiteleen Kesäteatterissa. Kurssi alkaa 7.2., harjoituskerrat ja esityspäivät sovitaan yhdessä, jotta aikataulut sopivat mahdollisimman hyvin kaikille. Toivomme mukaan osallistujia sekä Pielavedeltä että Keiteleeltä. Jos osallistujia tulee molemmista kunnista, voimme järjestää harjoituksia joustavasti sekä Pielavedellä että Keiteleellä. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 16.1.2026 14.00

## **Kuvataiteet**

### **111322 Aamuakvarellit - Piirustusta ja akvarellimaalausta**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

Ke 12.00–14.30 14.1.–8.4.2026

Tunteja 39,96 48,00 € 7–12 osallistujaa

Helena Arffman

Perehdymme piirtämisen ja vesivärimaalauksen perustekniikoihin, sommitteluun ja värioppiin sekä erilaisiin välineisiin harjoitellen asetelmien, kuvien ja mielikuvien avulla omaa ilmaisua. Omia valokuvia tai luonnoksia voi myös käyttää. Virikkeenä työskentelylle käymme läpi taidehistoriaa rokoosta alkaen! Maalaustarvikkeita voi tarvittaessa hankkia opettajalta. Ensimmäisellä kerralla 17.9.2025 suunnittelemme yhdessä kurssin sisällön. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111323 Päivämaalarit**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

To 13.00–15.30 15.1.–9.4.2026

Tunteja 36,63 44,00 € 7–12 osallistujaa

Helena Arffman

Ryhmä soveltuu sekä aloittelijoille että aiemmin kuvataidetta harrastaneille. Keski-  
tymme akryyli- ja öljyvärimaalaukseen, mutta voi käyttää myös pastellivärejä. Oma  
maalaustyylä kehitetään vaihtuvien aiheiden avulla tutustumalla taidehistorian eri  
tyylisuuntiin ja erilaisia maalauksen tekniikoita sovelletaan omaan työskentelyyn.  
Ensimmäisellä keralla 15.1.2026 suunnittelemme yhdessä kurssin ohjelman toivei-  
den pohjalta. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy  
7.1.2026 14.00

### **111324 Rasiat ja vihkoset**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

La 10.00–16.00, Su 10.00–16.00 31.1.–1.2.2026

Tunteja 16 25,00 € 7–13 osallistujaa

Liisa Piirainen

Rasiat ja vihkoset -kurssi, jossa kootaan kauniita rasioita, taitellaan persoonallisia  
vihkoja. Kurssilla käytetään omia paperiaarteita ja kierrätyspapereita, kokeillaan  
myös paperinvärjäystä. Opit helppoja tekniikoita, liiman kanssa ja ilman vihkosien  
taitteluihin ja rasioitten valmistamiseen. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Il-  
moittautuminen päättyy 23.1.2026 14.00

### **111325 Iltamaalarit**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

Ma 17.00–19.30 12.1.–30.3.2026

Tunteja 36,63 44,00 € 7–12 osallistujaa

Kirsi Andersson

Anna itsellesi ikiomaa aikaa ja tule toviksi taiteen pariin! Valitse sinua kiinnostava  
maalaustekniikka ja uppoudu värien, viivojen ja muotojen kiehtovaan maailmaan!  
Saat tehtäviä opettajalta, mutta voit edetä myös omien aiheittesi pohjalta. Kurssilla  
työskennellään omilla välineillä ja materiaaleilla. Niiden hankinnasta saat opastusta  
ja voit kurssin aluksi kokeilla opettajan esimerkkivälineistöä ennen kuin ostat omia.  
Kurssin käytyäsi sinulla on enemmän keinoja ilmaista itseäsi kuvallisesti. Osaat hyö-  
dyntää työskentelyssäsi niin taiteen historiaa, sommittelun perusteita kuin värioppia-  
kin. Kiireetön, innostava ja kannustava kurssi sopii niin aloittelijalle kuin konkarille-  
kin. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026  
14.00

## **Muotoilu, käden taidot**

### **111403 Keramiikan lyhytkurssi**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

To 17.00–20.00, Pe 17.00–20.00, La 10.00–14.00 19.2.–12.3.2026

Tunteja 20,33 30,00 € 7–12 osallistujaa

Susanna Hotari

Muotoillaan erilaisilla käsinrakennustekniikoilla kulhoja, ruukkuja, lautasia, vateja, rasioita tai vaikka laattoja kaunistamaan kotia tai lahjaksi ystävälle. Sopii kaikille ikään ja taitoon katsomatta. Materiaalit ostettavissa opettajalta. Kurssimaksu sisältää polttomaksun. Kokoontumiset 19.-21.2. ja 12.3. (lasittaminen). Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 6.3.2026 14.00

### **111420 Kudonta**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

To 17.30–20.00 29.1.–16.4.2026

Tunteja 44 55,00 € 7–12 osallistujaa

Johanna Paananen

Opetellaan kaikki maton valmistuksen vaiheet. Teoriaa ja sidosoppia. Kurssilaiset itse päättävät mitä sidoksia tehdään. Kuteita ja tarvikkeita voi ostaa ohjaajalta. Ei kausi- tai perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 16.1.2026 14.00

### **111421 Huovutus - Villan pehmeä kosketus**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

Ke 15.00–19.15 18.2.–1.4.2026

Tunteja 25 30,00 € 7–10 osallistujaa

Irene Saastamoinen

Villa on kauniine herkullisine väreineen helppo ja miellyttävä materiaali valmistaa erilaisin tekniikoin tuotteita sisustukseen ja itselle iloksi. Kurssilla tutustumme villan neula- ja märkähuovutukseen sekä erilaisiin kuviointi ja koristelutekniikoihin. Hyödynnämme käsin- ja konekirjonnan monia mahdollisuuksia. Voit valmistaa mm. yksilöllisiä hahmoja, saunahattuja, laukkuja, istuinalustoja, tyynyjä, tauluja, seinätekstiileitä sekä huiveja. Lisäksi voimme hyödyntää myös valmista huopaa ja kierrätysneuleita osana töitä. Kurssi ei kokoonnu ke 25.3. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111422 Ompelupaja**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, tekstiilityön luokka Koulutie 4

La 9.00–15.00, Su 9.00–15.00 14.3.–12.4.2026

Tunteja 32 39,00 € 7–12 osallistujaa

Johanna Paananen

Voit tulla tuunaamaan, korjaamaan tai tehdä ihan uutta. Käytämme helppoja kaavoja, joten tekeminen on mielekästä ja soveltuu aloittelijoille ja kokeneille. Kurssilla voi tehdä mitä itse haluaa. Opettelemme saumurin, ompelukoneen ja peitetikkikoneen käytöt. Kokoontumiset 14.3., 15.3., 11.4. ja 12.4. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111423 Lasten askartelu**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

Ti 17.00–20.00 24.–31.3.2026

Tunteja 8 0,00 € 7–12 osallistujaa

Irene Saastamoinen

Lapset saavat askarrella erilaisilla tekniikoilla pääsiäiseen ja kevääseen liittyviä koristeita, kortteja, kukkia, perhosia, tipuja jne. Kurssi kokoontuu kaksi kertaa ja pienimmät lapset aikuisen seurassa. Pieni materiaalimaksu käytön mukaan. Keiteleen opistolaisyhdistys järjestää. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111424 Kansallispuvun muokkaus**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

Pe 11.00–14.30 16.1.–10.4.2026

Tunteja 36,63 44,00 € 7–12 osallistujaa

Mervi Laukkanen

Tule Muokkaamaan kansallispuvusi sopivaksi! Tämä kurssi on sinulle, jonka puku ei ole mittojesi mukainen tai voit myös korjata rikki mennyttä pukua. Kurssilla voit myös ommella muitakin vaatteita. Jos haluat valmis kaavasta tai vaatteesta omat kaavat, tule oppimaan kaavan muuttamista omille mitoille ja ompelemaan. Ensimmäisellä kerralla suunnitellaan, miten töissä edetään. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111425 Nahka & Farkku**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

Ma 11.00–14.30 12.1.–13.4.2026

Tunteja 39,96 48,00 € 7–12 osallistujaa

Mervi Laukkanen

Tule ideoimaan vanhoista nahkatakeista tai farkuista uutta! Kurssilla voit suunnitella ja valmistaa esim. laukkuja tai uutta päälle pantavaa: liivin, hameen, mekon tai mitä vaan! Kurssilla voit tehdä myös muita ompelutöitä, jos työ on vaikkapa jäänyt kesken tai aivan uutta. Töiden tekemiseen käytetään ompelukonetta, myös nahalle. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111431 Keramiikan tutustumiskurssi nuorille Keitele**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

Pe 16.00–19.00 13.2.2026

Tunteja 4 15,00 € 7–10 osallistujaa

Susanna Hotari

Savi materiaalina on moninainen ja nyt sinulla on mahdollisuus kokeilla sitä lyhyellä tutustumiskurssilla. Työskentelyn lähtökohtana on osallistujien omat toiveet ja kiinnostuksen kohteet. Mieti jo hieman etukäteen mitä haluaisit savesta kokeilla ja tule rohkeasti mukaan. Aiempaa kokemusta savesta/ keramiikasta ei tarvitse olla. Lasituskerta sovitaan yhdessä. Materiaalit sisältyvät kurssimaksuun. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 6.2.2026 14.00

### **111432 Pientä ja kaunista keramiikasta**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

To 16.00–18.30 22.1.–12.2.2026

Tunteja 13,65 20,00 € 7–12 osallistujaa

Susanna Hotari

Muotoillaan savesta pieniä koristeita, nappeja, nuppeja, helmiä yms. Materiaalit ostettavissa opettajalta. Kurssimaksu sisältää polttomaksun. Kokoonnutumiset 22.1. ja 29.1. Lasituskerta 12.2. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 16.1.2026 14.00

### **111453 Kehrätään värttinällä**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

La 10.00–16.45, La 10.00–16.45 11.–12.4.2026

Tunteja 16 25,00 € 7–10 osallistujaa

Helena Arffman

Harjoitellaan värttinällä keräämistä materiaalina Suomen lampaan villa. Valmiin langan värjäysmahdollisuus kasviväreillä seuraavana päivänä. Lisätietoja opettajalta 050-3256747 (Helena) Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 27.3.2026 14.00

### **111454 Tilkkuillaan**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

Ti 10.00–13.30 13.1.–7.4.2026

Tunteja 44 50,00 € 7–10 osallistujaa

Irene Saastamoinen

Tutustutaan tilkkutöiden suunnitteluun, materiaaleihin ja erilaisiin tekniikoihin. Ota esiin jo sinulla oleva tilkku- ja lankavarastosi ja löydä niille uusia käyttömahdollisuuksia. Kokeile esim. perinteisiä blokkeja, alike- ja päällikeompelua, tilkkumaalausta. Hyödynnämme vapaan konekirjonnan monia mahdollisuuksia apu- ja tehostemateriaaleja käyttäen. Ompele sinulle mieluisia sisustus-, käyttö- ja koristekstiilejä, jotka viimeistelet erilaisin käsi- ja konetikkauksin. Sopii niin aloittelijoille kuin aikaisemmin tilkkutöitä tehneille. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111455 Kun neula on sivellin**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

Ke 15.00–19.15 14.1.–11.2.2026

Tunteja 25 38,00 € 7–10 osallistujaa

Irene Saastamoinen

Tule tutustumaan kirjonnän kiehtovaan ja monipuoliseen maailmaan. Yhdistä materiaalien herkulliset värit ja kuviot erilaisiin tekniikoihin. Kirjontamateriaaleina voit käyttää esim., villa-, pellava-, puuvilla- ja silkki kankaita. Langoiksi sopivat samat materiaalit - kokeile ja ota luovuus käyttöön yhdistellen eri materiaaleja. Kirjomme vapaasti käsin ja koneella hyödyntäen erilaisia apu- ja tehostemateriaaleja. Kurssilla voit valmistaa omien toiveitteesi mukaan mm. tauluja, seinävaatteita, laukkuja, huiveja ja vaikkapa kirjoja uusi elämä paitapuserolle, liinalle tai neuleelle. Sopii niin aloittelijoille kuin aikaisemmin kirjontaa harrastaneille. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111456 Virikepaja varttuneille**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

To 10.00–12.30 15.1.–9.4.2026

Tunteja 33 39,00 € 7–20 osallistujaa

Helena Arffman

Tehdään yhdessä pieniä käsitöitä ja harjoitetaan muitakin kädentaitoja, kuten maalaamista. Laulut ja musiikki sekä runot ja muu kirjallisuus ovat ohjelmassa mukana. Keskustellen, kuvia ja kertomuksia havaintomateriaalina käyttäen rupatellaan menneistä tapahtumista ja nykypäivästä. Myös pientä taukojumppaa. Kokoontumiskertojen teemat ja aiheet sovitaan yhdessä. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00

Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111457 Puutyö ja entisöinti**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, teknisen työn luokka Koulutie 4

Ti 18.00–20.30 13.1.–14.4.2026

Tunteja 39 50,00 € 7–12 osallistujaa

Kari Niskanen

Kurssilla valmistetaan erilaisia puuesineitä kurssilaisten omista materiaaleista ja toiveet huomioiden, sekä kunnostetaan ja entisöidään pieniä huonekaluja. Voit myös tehdä kaappikellon, jossa käytetään koristeveistokuviointia. Pienimuotoisia puuesineitä, kuten tarjottimet, leikkuulaudat yms., on mahdollista toteuttaa myös intarsiatekniikalla. Tutustumme koneelliseen puuntyöstöön ja perinteisiin käsityötekniikoihin. Käytettävissä myös vanhoja kansakoulun puukäsitöiden mallipiirustuksia pieniin puuesineisiin. Sopii sekä miehille että naisille. Uusista ideoista ja toiveista voi ottaa yhteyttä suoraan opettaja Kari Niskaseen 0400 978724 jo ennen kurssin alkua. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

## **Muut taide- ja taitoaineet**

### **111729 Korukivenhionta**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, teknisen työn luokka Koulutie 4

Pe 18.00–21.15, La 9.00–16.00, Su 9.30–16.00 23.–25.1.2026

Tunteja 20 35,00 € 7–13 osallistujaa

Matti Heinonen

Kurssilla opetellaan hiomaan kivistä valmiita koruja tai muita pieniä kiviesineitä. Kurssilla voit käyttää opettajan tuomia kiviä, mutta voit hioa myös omista, esimerkiksi matkoilta tuoduista kivistä. Opettajalta voit ostaa valmiita korupohjia, tarjolla on esimerkiksi puisia, pronssisia ja hopeisia pohjia. Voit myös tehdä kiven kurssilla ja teettää pohjan kultasepällä tai valmistaa sen itse. Kurssi soveltuu hyvin aloittelijoille, et tarvitse mitään ennakkotaitoja. Materiaalimaksu on 7 euroa ja siihen sisältyy opettajan tuomien kivien käyttö sekä kahvi tai tee. Ei kausi- tai perhekortilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **111730 Lasityön alkeet**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

Ti 14.00–16.30 13.1.–7.4.2026

Tunteja 39,96 50,00 € 7–12 osallistujaa

Mervi Laukkanen

Tule oppimaan lasin työstön alkeet alusta lähtien. Kurssi sisältää työvälineiden ja

koneiden käytön opetusta sekä lasin leikkausta. Mahdollisuus tehdä Tiffany - töitä ja myös joitakin lasin sulatus töitä. Myös lasimosaiikki töitä on mahdollista tehdä hyödyntäen esim. vanhoja ikkunan pokia tai päällystämällä vanhan pöydän pinnan. Kurssi käy aloitteleville ja jatkaville opiskelijoille. Tervetuloa matalalla kynnyksellä mukaan! Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

## Englanti

### **121312 Englannin alkeet**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, kieliluokka Y13 Koulutie 3

Ti 15.30–17.00 13.1.–7.4.2026

Tunteja 24 29,00 € 7–15 osallistujaa

Merja Auvinen

Englannin alkeita aivan alusta. Jos et ole lukenut englantia aikaisemmin, olet unoh-  
tanut lukemasi tai englantia on joskus jäänyt kesken, tämä ryhmä sopii sinulle. Ei kii-  
rehditä tai oteta paineita, vaan opitaan sen verran englantia, että selviäisi vaikka  
matkoilla. Oppikirjana Destinations 1, kappaleet 5-9. Ilmoittautuminen alkaa  
29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **121313 Päivä Englantia - kevät**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, kieliluokka Y13 Koulutie 3

Ti 14.00–15.30 13.1.–7.4.2026

Tunteja 24 29,00 € 7–15 osallistujaa

Merja Auvinen

Jatkamme aikuisopiskelijaa kiinnostavilla aiheilla työelämästä ja uutisista kaukomat-  
kailuun. Kertaamme aiemmin opittua, laajennamme sanavarastoa ja kieliopin raken-  
teita. Kehitämme suullista kielitaitoa pareittain tehtävillä harjoituksilla. Oppikirjana  
Everyday English 4, englantia aikuisille, kappaleet 4-7. Ilmoittautuminen alkaa  
29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

## Muut kielet

### **129803 Italian alkeet**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, kieliluokka Y13 Koulutie 3

Pe 17.00–18.30 16.1.–10.4.2026

Tunteja 22 26,00 € 7–15 osallistujaa

Alberto Ferretti

Kurssilla opiskellaan italian kielen alkeita ja tutustutaan Italian monipuoliseen

kulttuuriin. Harjoitteleminen ääntämistä, kartutamme sanavarastoa ja opiskelemme kielioppia. Oppikirja BELLA VISTA 1 Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

## **Terveydenhuolto**

### **611118 Ensiapu 1**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, luokka Y23 Koulutie 3

La 9.00–15.30, Su 9.00–15.30 21.–22.3.2026

Tunteja 16 50,00 € 7–16 osallistujaa

Markus Kantola

Ensiavun peruskurssi antaa perustiedot ja -taidot auttamiseen hätätilanteissa sekä tavallisimmista sairaus- ja onnettomuustilanteissa. EA1 kurssitodistus on voimassa kolme vuotta. Sisältö: auttamistoiminta onnettomuudessa tai sairauskohtauksessa, hätäensiavun perusteet, tajuttomalle annettava ensiapu, peruselvytys sisältäen sydäniskurin käyttökoulutuksen, tukehtuvan ensiapu, verenkierron häiriötila (sokki). Tavallisimmat sairauskohtaukset, palovammat ja sähkön aiheuttamat vammat, nivelvammat ja murtumat, myrkytykset ja haavat. Kausi-perhekortti ei käy kurssimaksumiksi. Sähköinen ja muovinen EA kortti 25€, maksetaan kouluttajalle. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 28.2.2026 14.00

## **Kotitalous**

### **811207 Voileipäkakkukurssi**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, kotitalousluokka Koulutie 3

La 9.00–14.30 21.2.2026

Tunteja 7,33 20,00 € 7–12 osallistujaa

Anne Laitila, koko Suomi leipoo kisan voittaja

Kurssilla valmistetaan erilaisia maukkaita voileipäkakkuja sekä saat vinkkejä voileipäkakkujen tekoon aina täytteistä koristeluun saakka. Kakun kuorruttamista helpottaa palettiveitsen käyttö. Myös kakkuraappa on oiva apuväline niin suolaisten kuin makeiden kakkujen kuorruttamisessa. Kurssilla ei ole näitä käytettävissä, mutta tarvittaessa voit tilata välineet opettajan kautta ilmoittamalla asiasta opistolle kaksi viikkoa ennen kurssia. Palettiveitsen hinta 10 €, kakkuraapan hinta 17 €. Nämä maksetaan suoraan opettajalle. Raaka-ainemaksu 45 € maksetaan opettajalle. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 30.1.2026 14.00

### **811209 Kevätherkkuja lautasella ja lasissa**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, kotitalousluokka Koulutie 3

La 13.00–16.00 21.3.2026

Tunteja 4 15,00 € 7–14 osallistujaa

Heikki Remes

Makuja pääsiäiseen; parsaa ja kasviksia. Viineinä roseita ja makeita. Ruoka- ja viinikursilla valmistamme porukalla paritöinä kauden ja ajankohdan raaka-aineista pieniä makuannoksia. Tutustumme ja maistelemme makuannosten kanssa erilaisia viinejä. Raaka-ainemaksu (ruoka ja viini) 30 euroa/hlö. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 27.2.2026 14.00

### **811210 Veden viljaa lautasella ja lasissa**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, kotitalousluokka Koulutie 3

La 13.00–16.00 17.1.2026

Tunteja 4 15,00 € 7–14 osallistujaa

Heikki Remes

Makuja järvestä ja Jäämerestä; madetta ja kuningasrapua! Viineinä valkoista. Ruoka- ja viinikurssilla valmistamme porukalla paritöinä kauden ja ajankohdan raaka-aineista pieniä makuannoksia. Tutustumme ja maistelemme makuannosten kanssa erilaisia viinejä. Raaka-ainemaksu (ruoka ja viinit) 30 euroa per hlö. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **811211 Kauniit kuppikakut**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, kotitalousluokka Koulutie 3

La 10.00–13.00 28.2.2026

Tunteja 4 15,00 € 7–10 osallistujaa

Anne Laitila, koko Suomi leipoo kisan voittaja

Kurssilla leivotaan ja koristellaan kauniita kuppikakkuja. Kuppikakut kuorrutetaan maukkaalla kuorrutteella erilaisin pursotuksin. Lisäksi koristeena käytetään koriste-helmiä sekä itsetehtyjä sokerimassakoristeita. Kurssin hintaan sisältyy raaka-aineet, reseptit sekä kolmen tyllan (eli pursotusterän) setti. Lisäksi kurssilaisen käytössä on kurssin aikana laaja valikoima koristeluvälineitä ja tarvikkeita. Jokainen osallistuja leipoo ja saa mukaansa kuusi (6) itse koristelemaansa kuppikakkuja. Raaka-aine ja tarvikemaksu opettajalle 25 €. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.2.2026 14.00

## Liikunta

### **830184 Kiddiejam-sunnuntait, 3-6v. tanssiliikuntaa**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4

Su 16.15–16.45 18.1.–29.3.2026

Tunteja 2,68 15,00 € 10–12 osallistujaa

Sanna Nousiainen

Kiddiejam tunnilla päästään kurkistamaan eri tanssilajien maailmaan. Tanssituokio tarjoaa maistiaisista showtanssin, baletin, kansantanssin ja paritanssin perusteista. Tunti kehittää lapsen tanssillisia perustaitoja leikin lomassa. Kiddiejam on jammailua lasten ehdoilla. Kokoontumiskerrat 18.1., 8.2., 15.3. ja 29.3. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831172 Country line -rivitanssi**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4

Ke 15.00–16.15 14.1.–8.4.2026

Tunteja 17,28 26,00 € 7–20 osallistujaa

Eeva Komulainen

Rivitanssi on hauska ja vauhdikas tanssilaji. Rivitanssi on liikuntaa, joka vahvistaa muistia ja koordinaatiota. Musiikkina käytetään kantria, irlantilaista musiikkia ja latinorytmejä. Tanssin ja oppimisen iloa rennossa porukassa. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831173 Hathajooga**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4

Ke 17.40–18.55 14.1.–8.4.2026

Tunteja 20,04 30,00 € 7–20 osallistujaa

Marjatta Airas

Tule parantamaan hyvinvointiasi joogan avulla. Jooga vetreyttää lihakset ja hengityksen viedessä liikettä mieli tyyntyy. Kurssilla keskitytään erityisesti selän hyvinvointiin. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831174 Kehotietoisuusjooga**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4

Ma 17.30–18.30 12.1.–13.4.2026

Tunteja 15,96 24,00 € 7–20 osallistujaa

Lotta Paretskoi

Kehotietoisuusjooga on lempeä ja rauhallisesti etenevä joogatunti, jossa yhdistyvät

eri joogasuuntauksien pehmeät asennot ja kevyt kehotietoisuuden harjoittaminen. Tunnin rytmi on salliva ja kiireetön, jokainen saa edetä omaa kehoaan kuunnellen. Tunnin tavoitteena on lisätä kehotietoisuutta, tukea palautumista ja vapauttaa kehoa jännitystiloista. Harjoituksissa hyödynnetään jo syksyltä tuttuja liikkeitä, mutta teema ja kokonaisuus vaihtelevat kauden aikana. Huomioithan, että tunnilla ollaan jonkin verran polvien varassa. Mukaan kannattaa ottaa jooga-alustan lisäksi myös viltti tai tyyny, joilla voit tukea asentoa. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831175 Lavis, Keitele**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4

Ti 17.00–18.00 13.1.–7.4.2026

Tunteja 15,96 24,00 € 7–30 osallistujaa

Jukka Suorsa

Lavis on ryhmäliikuntaa jossa tanssitaan yksin lavatanssimusiikin tahtiin, se sisältää yksinkertaisia askel- ja kuviosarjoja sisältäen kevyitä jumppaliikkeitä. Lavis on mukaansatempaavaa, helppoa ja hauskaa liikuntaa, jossa samalla kehität kuntoasi, koordinaatiotasi ja tanssitaitojasi mukavalla tavalla. Aikaisempaa kokemusta et tarvitse, musiikkina on monipuolista lavatanssimusiikkia, kuten valssi, tango, humppa, foksi, salsa, samba, chacha, bugg, rumba, swing, bachata jne. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831176 Itämainen tanssi, lyhytkurssi**

Nilakan yhtenäiskoulu, Liikuntahallin lava Koulutie 3

La 10.00–13.00 24.1.–11.4.2026

Tunteja 16 24,00 € 7–20 osallistujaa

Kirsi Siponen

Kurssilla perehdytään hyvän alkulämmittelyn jälkeen itämaisen tanssin liikekieleen, perusliikkeisiin ja tanssitaan niistä muodostettuja liikesarjoja, joista muodostuu mahdollisesti helpohko koreografia syksyn päätteeksi. Tuntien lopussa myös loppuvenytelyt. Itämainen tanssi on hyvin monipuolista liikehdintää keholla, päästä varpaisiin, pehmeän naisellista sekä napakkaa aksentointia. Tarvitset vain joustavat vaatteet, tossut tms joustavat tanssilenkkarit, juomapullon ( halutessa eväitä tauolle). Kokoon-tumiskerrat 17.1., 21.2., 21.3. ja 11.4. Lämpimästi tervetuloa kurssille! Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831177 Espanjalainen kansantanssi**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4

Ke 16.30–17.30 14.1.–8.4.2026

Tunteja 15,96 24,00 € 7–20 osallistujaa

Marjatta Airas

Nauti rytmistä ja tunne espanjalaisen tanssin lumo. Tämä kurssi sopii kaikille, tanssissa on helpot kuviot. Tule mukaan tanssimaan! Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831180 Kuntopiiri**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4

Ma 16.15–17.15 12.1.–13.4.2026

Tunteja 14,63 22,00 € 7–20 osallistujaa

Lotta Paretskoi

Kuntopiiri on lempeä ja monipuolinen koko kehon harjoitustunti, jossa liikutaan oman kehonpainon sekä kevyiden välineiden, kuten kuminauhojen ja kahvakuulien, avulla. Tunti etenee rauhallisella tahdilla ja harjoitukset tehdään kehoa kuunnellen. Liikkeet ovat selkeitä, ja tarvittaessa niihin löytyy vaihtoehtoisia tapoja tehdä ne oman kehon tunteusten mukaan. Tunnin ote on kannustava ja turvallinen, tavoitteena ei ole suorittaminen, vaan peruskunnon parantaminen rennolla otteella. Tunti sopii kaiken tasoisille liikkujille, tehoja voi jokainen lisätä oman kuntotasonsa mukaan. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831182 Lauantain hyvinvointituokio - kuntopiiri, lempeä kehotietoisuusjooga & äänimaljarentoutus**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4

La 12.00–14.30 21.2.2026

Tunteja 3,33 15,00 € 7–20 osallistujaa

Lotta Paretskoi

Tämä lauantain hyvinvointituokio yhdistää kolme toisiaan täydentävää harjoitusta: kuntopiirin, lempeän kehotietoisuusjoogan ja äänimaljarentoutuksen. Kokonaisuus tarjoaa sekä kehoa vahvistavaa liikettä että palauttavaa, hermostoa rauhoittavaa harjoittelua. Aloitamme noin 45 minuutin kuntopiirillä, jossa liikutaan oman kehonpainon ja kevyiden välineiden avulla. Tunti sopii kaiken tasoisille liikkujille, ja liikkeet voi tarvittaessa räätälöidä jokaisen kuntotason mukaan. Kuntopiirin jälkeen siirrymme kehotietoisuusjoogaan, joka yhdistää lempeät jooga-asennot ja kehon kuuntelun. Harjoitus etenee rauhallisesti ja antaa tilaa oman rytmin ja hengityksen löytämiselle. Kokonaisuus päättyy äänimaljarentoutukseen, jossa kauniisti soivat äänimaljat tukevat rentoutumista, hermoston rauhoittumista ja kokonaisvaltaista palautumista.

Tämä hyvinvointituokio sopii täydellisesti viikonlopun lempeäksi hengähdyshetkeksi. Mukaan tarvitset: joogamaton, viltin ja halutessasi tyynyn sekä villasukat. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 30.1.2026 14.00

### **831185 Lavis-sunnuntait**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4

Su 10.30–11.15 18.1.–29.3.2026

Tunteja 4 15,00 € 7–30 osallistujaa

Sanna Nousiainen

Lavis-lavatanssijumppa on hauska, helppo ja hikinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssiaskelien ja jumpan välimuotoon. Tunnilla tanssitaan yksin tuttuja lavatanssilajeja ja mausteina välillä jotain erikoisempiakin rytmejä. Kokoontumiskerrat 18.1., 8.2., 15.3. ja 29.3. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831186 Dancemix-sunnuntait**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4

Su 11.15–12.00 18.1.–29.3.2026

Tunteja 4 15,00 € 7–30 osallistujaa

Sanna Nousiainen

Dancemix tunnilla tanssitaan ja hikoillaan hyvän musiikin tahdissa. Tunneille ei tarvitse aiempaa tanssikokemusta, koreografiat on helppoja ja tällä tunnilla saa pitää hauskaa. Kokoontumiskerrat 18.1., 8.2., 15.3. ja 29.3. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831188 Retkeilyn perusteet Keitele (aikuiset ja yli 12 vuotiaat)**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

To 18.00–20.00, La 10.00–15.00 28.5.–13.6.2026

Tunteja 12 15,00 € 7–20 osallistujaa

Saku Lipsanen

Tervetuloa lyhytkestoiselle retkeilyn peruskurssille, jossa käydään läpi retkeilyyn liittyviä perusasioita aloittelijatasolla. Kurssiin kuuluu kaksi luentoiltaa, joiden aikana keskustellaan muun muassa retken suunnittelusta, varusteiden ja välineiden valinnasta sekä toimimisesta itse maastossa retken aikana, turvallisuus- ja jokamiehenoikeuskysymykset huomioiden. Luentoiltojen jälkeen kolmannella tapaamiskerralla lähdetään yhdessä lähilaavulle päiväretkelle (paikka ilmoitetaan myöhemmin), jossa harjoitellaan kurssilla opittuja asioita käytännössä. Aiempaa kokemusta sinulla ei tarvitse retkeilystä olla, mielenkiinto aiheeseen ja into oppia riittää! Kokoontumiset to 28.5. ja 4.6. klo 18-20 retkipäivä 13.6. klo 10-15. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025

9.00 Ilmoittautuminen päättyy 8.5.2026 14.00

### **831190 Lasten tempukerho 6-11 -vuotiaalle**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4

Pe 17.00–17.45 16.1.–17.4.2026

Tunteja 12 16,00 € 7–20 osallistujaa

Aurora Tainio

Iloinen ja energinen tempukerho, jossa liikutaan, leikitään ja kokeillaan rohkeasti uutta! Tunnilla harjoitellaan monipuolisia liikuntataitoja sekä tutustutaan telinevoimistelun perusliikkeisiin ja temppuihin turvallisesti ja innostavassa ilmapiirissä. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

### **831191 Aikuisten jumppa**

NILAKAN YHTENÄISKOULU, liikuntasali Koulutie 4

Pe 18.00–19.00 16.1.–17.4.2026

Tunteja 15,96 24,00 € 7–20 osallistujaa

Aurora Tainio

Reipas ja monipuolinen jumppatunti, jossa keskitytään koko kehon liikkeeseen, sykkeen nostamiseen ja lihaskunnan vahvistamiseen mukavassa ryhmässä. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

# KESÄKURSSIT

## Muotoilu, käden taidot

### **111402 Paperinvalmistuksen perusteet**

Opetustila 2 Laurinpurontie 23 B

La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00 13.–14.6.2026

Tunteja 12 15,00 € 7–15 osallistujaa

Pirkko Tikkanen-Kuchta

Kurssilla opetellaan käsintehdyn paperin valmistaminen kaikkine vaiheineen massasta arkiksi. Perusmateriaalina sanomalehdet, myös kopiopaperia ja muita materiaaleja voi testata. Kokeilemme eri paksuisien arkkien tekemistä ja niiden muotoilua. Paperia voi kuvioida esimerkiksi kuivatuilla kukilla, värillisellä paperilla ja muoteilla. Tarvikkeet: sanomalehtiä, ämpäri, pienempiä astioita, neliskulmainen vati, sauvasekoitin, viira, puuvillakangasta (vanha lakana käy hyvin), pesusieni. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 29.5.2026 14.00

### **111426 Keramiikan kesäkurssi lapsille Pielavesi ->12-vuotiaat, alle 7-vuotiaat aikuisen kanssa**

Opetustila 3 Laurinpurontie 23 B

Ma 10.00–12.00, Ti 10.00–12.00, Ke 10.00–12.00 15.–17.6.2026

Tunteja 10,68 18,00 € 7–12 osallistujaa

Susanna Hotari

Savi on moninainen materiaali ja tällä kurssilla pääsee tutustumaan sen moniin mahdollisuuksiin kokeilemalla erilaisia käsinrakennustekniikoita. Aiempaa kokemusta savesta/keramiikasta ei tarvitse olla. Muovailemme savesta kulhoja ja kippoja, teemme lautasia, jotka maalataan ja koristellaan ja jättäydymme taiteen pariin tekemällä veistoksia. Raakapolton jälkeen kokoonnumme vielä opettelemaan lasittamista ja tutustumaan keramiikan värien maailmaan. Kurssimateriaalit ovat ostettavissa opettajalta ja kurssimaksu sisältää polttomaksun. Lasituskerta sovitaan kurssilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 29.5.2026 14.00

### **111429 Keramiikan kesäkurssi lapsille Keitele ->12-vuotiaat, alle 7-vuotiaat aikuisen kanssa**

OPISTON LUOKKA Pikonmäentie 1

Ke 10.00–12.00, To 10.00–12.00, Pe 10.00–12.00 10.–12.6.2026

Tunteja 10,68 18,00 € 7–12 osallistujaa

Susanna Hotari

Savi on moninainen materiaali ja tällä kurssilla pääsee tutustumaan sen moniin

mahdollisuuksiin kokeilemalla erilaisia käsinrakennustekniikoita. Aiempaa kokemusta savesta/keramiikasta ei tarvitse olla. Muovailemme savesta kulhoja ja kippoja, teemme lautasia, jotka maalataan ja koristellaan ja jättäydymme taiteen pariin tekemällä veistoksia. Raakapolton jälkeen kokoonnumme vielä opettelemaan lasittamista ja tutustumaan keramiikan värien maailmaan. Kurssimateriaalit ovat ostettavissa opettajalta ja kurssimaksu sisältää polttomaksun. Lasituskerta sovitaan kursilla. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 29.5.2026 14.00

## Liikunta

### **831151 Pihatreenit, Pohjois-Pielavesi**

POHJOIS-PIELAVEDEN KOULU Kiuruvedentie 1595

Ke 18.00–19.00 13.5.–17.6.2026

Tunteja 7,98 15,00 € 7–20 osallistujaa

Tuula Moilanen

Pihatreenit kohottaa kuntoa ja piristää päivää. Harjoitukset suunnitellaan niin, että jokainen pystyy treenaamaan oman kunnon ja tuntemustensa mukaan. Joko täysiä tai sitten vähän varovaisemmalla tahdilla. Harjoitukset sisältävät muun muassa oman kehon painolla tehtäviä harjoitteita, ulkokuntosalilaitteilla, kahvakuulilla. Ota mukaan oma jumppapatja ja juomapullo. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 1.5.2026 14.00

### **831152 Pihatreenit**

Toimipaikka avoin

Ma 17.30–18.30 11.5.–15.6.2026

Tunteja 7,98 15,00 € 7–20 osallistujaa

Tuula Moilanen

Pihatreenit kohottaa kuntoa ja piristää päivää. Harjoitukset suunnitellaan niin, että jokainen pystyy treenaamaan oman kunnon ja tuntemustensa mukaan. Joko täysiä tai sitten vähän varovaisemmalla tahdilla. Harjoitukset sisältävät muun muassa oman kehon painolla ja kahvakuulalla tehtäviä harjoitteita, lisäksi porras- ja mäkitreeniä. Ota mukaan oma jumppapatja ja juomapullo. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 1.5.2026 14.00

## **831179 Pihatreenit Keitele**

Toimipaikka avoin

Ti 17.30–18.30 12.5.–16.6.2026

Tunteja 7,98 15,00 € 7–20 osallistujaa

Tuula Moilanen

Pihatreenit kohottaa kuntoa ja piristää päivää. Harjoitukset suunnitellaan niin, että jokainen pystyy treenaamaan oman kunnan ja tuntemustensa mukaan. Joko täysiä tai sitten vähän varovaisemmalla tahdilla. Harjoitukset sisältävät muun muassa oman kehon painolla tehtäviä harjoitteita, ulkokuntosalilaitteilla, kahvakuulilla. Ota mukaan oma jumppamatja ja juomapullo. Paikka vaihtuva. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

## VERKKOKURSSIT

### **131115 Minun sukuni- sukututkimuksen verkkokurssi**

Toimipaikka avoin

Ma 17.30–19.00 26.1.–6.4.2026

Tunteja 24,03 29,00 € 7–20 osallistujaa

Emmi Nousiainen

Sukututkimuksen alkeiskurssi perehdyttää sinut sukututkimuksen saloihin! Kurssi on tarkoitettu aloittelijoille, eli sinulla ei tarvitse olla aikaisempaa osaamista aiheesta.

Kurssilla tutustutaan tärkeimpiin sukututkimuksen lähdeaineistoihin, erilaisten tietokantojen (Hiski, Katiha jne.) ja alustojen käyttöön (Astia, SSHY, Digihakemisto jne.).

Jokaiselle pyritään löytämään oma, toimiva tapa kartoittaa sukunsa historiaa. Kurssi järjestetään verkko-opetuksena, joten tarvitset osallistumiseen oman laitteen. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 16.1.2026 14.00

### **831181 Videojoogakirjasto (etäjoogakurssi) - omassa tahdissa tehtäviä, viikoittain avautuvia joogaharjoituksia**

VERKKOKURSSI

Ti 15.00–16.00 13.1.–24.3.2026

Tunteja 13,30 20,00 € 7–50 osallistujaa

Lotta Paretskoi

Videojoogakirjasto on lempeä ja helposti lähestyttävä etäjooga, jossa saat käyttöösi viikoittain uuden joogavideon. Videot ovat rauhallisia ja helposti seurattavia, ja ne sopivat kaikille joogasta ja kehotietoisuudesta kiinnostuneille. Mukana on myös satunnaisia bonuksia, kuten lyhyitä kehotietoisuusharjoituksia tai rentoutushetkiä. Kyse ei ole tehtävä- tai suorituskeskeisestä kurssista, vaan omatoimisesta harjoittelusta, jossa voit valita juuri sinulle sopivan hetken joogaharjoituksen tekemiseen. Materiaalit avautuvat viikoittain 10 viikon ajan, ja ne ovat käytettävissäsi yhteensä 4 kuukautta. Löydä helppo ja joustava tapa lisätä hyvinvointiasi, vähentää stressiä ja tuoda kehoon pehmeyttä ja liikkuvuutta. Toteutus: Kaikki materiaalit ovat etukäteen kuvattuja videoita Campwire-alustalla, jonne asiakas saa tunnukset. Uusi video avautuu viikoittain, mutta voit katsoa ja tehdä harjoitukset silloin, kun sinulle sopii. Alustan kautta voit halutessasi kysyä liikkeistä. Kysymykset eivät välity reaaliaikaisesti, vaan ohjaaja vastaa niihin sähköpostitse. Ilmoittautuminen alkaa 29.12.2025 9.00 Ilmoittautuminen päättyy 7.1.2026 14.00

## **ETÄLUENNOT KIRJASTOILLA**

**Keskiviikkoisin**

**Maksuton, ei ennakkoilmoittautumista**

**Miksi meidän tulee kiinnittää huomiota sosiaali- ja terveyspalveluiden vaikutavuuteen?**

Ke 14.00–16.00 21.1.2026

Paulus Torkki

Ikääntyvien yliopiston luento. Luennoitsijana apulaisprofessori Paulus Torkki, HY. Etäluennon seuraamispaikat: Pielavedellä kunnankirjasto ja Keiteleellä kunnankirjasto

**Aktiivisena vanheneminen ja hyvinvointi**

Ke 14.00–16.00 18.2.2026

Taina Rantanen

Ikääntyvien yliopiston luento. Luennoitsijana professori Taina Rantanen, JYU. Etäluennon seuraamispaikat: Pielavedellä kunnankirjasto ja Keiteleellä kunnankirjasto

**Suomen kieli ja suomalainen ajattelu**

Ke 14.00–16.00 25.3.2026

Janne Saarikivi

Ikääntyvien yliopiston luento. Luennoitsijana kielentutkija, dosentti Janne Saarikivi. Etäluennon seuraamispaikat: Pielavedellä kunnankirjasto ja Keiteleellä kunnankirjasto

**Lihasten ja voimaharjoittelun merkitys ja voimaharjoittelun peruseriaatteen**

Ke 14.00–16.00 1.4.2026

Juha Hulmi

Ikääntyvien yliopiston luento. Luennoitsijana professori Juha Hulmi, JYU. Etäluennon seuraamispaikat: Pielavedellä kunnankirjasto ja Keiteleellä kunnankirjasto

