



# Karkkilan työväenopiston ohjelma

syksy 2017 – kevät 2018

# Tervetuloa Karkkilan työväenopistoon!

Syksyn 2017 toiminta käynnistyy syyskuun alussa. Koko lukuvuoden mittaisilla kursseilla opetus käynnistyy pääsääntöisesti viikolla 36 (ma 4.9. alkaen).

Karkkilan kaupungin vapaa-aikalautakunnan hyväksymä työväenopiston toiminta-ajatus:

*"Vapaan sivistystyön oppilaitoksena Karkkilan työväenopisto on kaikille avoin oppilaitos, joka vaikuttaa myönteisesti toimintaympäristöön-  
sä elinikäisen oppimisen perusteiden mukaan. Opiston tehtävänä on sekä valmentaa että tukea ihmisiä ja yhteisöjä oppimaan ja siten*

*selviytymään muuttuvassa maailmassa. Työväenopiston palvelut ovat laadukkaita, edullisia sekä helposti saatavilla, ja ne pyritään toteuttamaan asiakkaiden toiveiden mukaan!"*

## Kurssit

Luennot ja keskustelupiirit .....	4
Muu koulutus .....	4
Retket .....	5
Terveydenhuolto .....	5
Terveys, liikunta ja tanssi .....	6
Musiikki .....	8
Kielet .....	10
Tietotekniikka ja media .....	11
Kauneudenhoito .....	12
Esittävä taide ja kirjallisuus .....	12
Kuvataide .....	13
Käden taidot .....	14
Kotitalous .....	16

**Kursseille ilmoittaudutaan ennakoon, ellei kurssikuvauksessa toisin mainita. Ilmoittautuminen alkaa torstaina 17.8.2017 klo 12.**

### Ilmoittautuminen:

- netissä to 17.8. klo 12 alkaen [www.opistopalvelut.fi/karkkila](http://www.opistopalvelut.fi/karkkila)
- puhelimitse to 17.8. klo 12-18 puh. 044 767 49 34
- opistotalolla to 17.8. klo 12-18
- opiston toimistoon ilmoittautumispäivän jälkeen (044 767 49 34, [tyovaenopisto@karkkila.fi](mailto:tyovaenopisto@karkkila.fi))

Ilmoittautuminen on sitova ja ilmoittautuessaan opiskelija sitoutuu maksamaan kurssimaksun.

### Peruutusehdot

Kurssin voi veloituksetta peruuttaa viikkoa (7 päivää) ennen kurssin alkua ottamalla yhteyttä

opiston toimistoon. Mikäli peruutus tulee tämän jälkeen, peritään kurssimaksu kokonaan. Sairauden perusteella kurssin voi peruuttaa veloituksetta. Sairastumisen takia tehtävä peruutus on kuitenkin ilmoitettava opistolle heti, viimeistään sairastumista seuraavan viikon aikana. Kurssilta ilmoittamatta poisjääminen tai laskun maksamatta jättäminen ei ole peruutus. Mikäli kurssi peruuntuu ja opiskelija on jo ehtinyt maksaa kurssimaksun, palautetaan maksu opiskelijalle. Kurssimaksuista päättää vapaa-ajanlautakunta sekä joiltain osin opiston rehtori.

### Kurssimaksut ja maksutavat

Kurssit maksetaan kotiin lähetettävällä laskulla, Sporttipassilla tai erilaisilla liikunta- ja kulttuuriseteleillä ja -kortteilla (Smartum, virikesetelit, Ticket Mind&Body tai käteismaksulla). Mikäli opiskelija haluaa maksaa kurssin

## KARKKILAN



## TYÖVÄENOPISTO

### Karkkilan työväenopiston yhteystiedot

Työväenopiston toimisto sijaitsee opistotalossa 2. kerroksessa osoitteessa Anttilankatu 8, 03600 Karkkila. Opetusta järjestetään opistotalon lisäksi eri toimipisteissä. Postiosoite: PL 50, 03601 Karkkila Puhelin: 044 767 4934 Sähköposti: [tyovaenopisto@karkkila.fi](mailto:tyovaenopisto@karkkila.fi)

Opiston toimisto on avoinna opetuskausina: tiistaisin klo 9-11 keskiviikkoisin klo 12-14 torstaisin klo 15.30-17.30

### Henkilökunta:

Rehtori Milla Malmberg, puh. 0500 705 795 (päivystysaika ti klo 9-11), [milla.malmberg@karkkila.fi](mailto:milla.malmberg@karkkila.fi)  
Liikunnanohjaaja Anne Paananen, puh. 044 767 48 83, [anne.paananen@karkkila.fi](mailto:anne.paananen@karkkila.fi)  
Tekstiilityön opettaja Leena Pitkäpaasi, puh. 050 405 28 15 (päivystysaika ke klo 13-15), [leena.pitkapaasi@karkkila.fi](mailto:leena.pitkapaasi@karkkila.fi)  
Opistosihteerit, puh. 044 767 49 34 (päivystysajat ke klo 12-14 ja to klo 15.30-17.30), [tyovaenopisto@karkkila.fi](mailto:tyovaenopisto@karkkila.fi)  
Tuntiopettajiin saa tarvittaessa yhteyden opiston toimiston kautta.

### Toimipaikat

Galleria Bremer, Tehtaanpuisto, Bremerintie  
Haukkamäen koulu, Vanha Turuntie 28  
Högforsin liikuntasali ja päiväkotit, Valtatie 22  
Karkkilan liikuntahalli (alasalit, kuntosalit), Anttilankatu 2-4  
Karkkilan musiikkikoulu, Anttilankatu 8  
Karkkilan yhteiskoulu, Karkkilasalit, Anttilankatu 2-4  
Kirjasto, Valtatie 26  
Käsityökahvila, Huhdintie 10-12  
Nyhkälän koulu, Huhdintie 13  
Opistotalo, kutomo, Anttilankatu 8  
Palvelutalo, Nyhkäläntie 39  
Suvimaja, Vuotinaistentie 106  
Tuorilan koulu, Järvenpääntie 56

 Karkkilan työväenopisto  @karkkilantyoavenopisto

muuten kuin laskulla, tulee maksu suorittaa heti kurssin alussa opiston toimistoon. Mikäli opiskelijalla on maksamattomia kurssimaksuja edelliseltä lukuvuodelta, hänellä on opinto-oikeus työväenopistoon vasta kun edelliset maksut on suoritettu. Aiheettomasta laskusta ilmoitetaan opiston toimistoon laskun eräpäivään mennessä.

### Kurssin alkaminen ja peruuntuminen

Kurssin alkamisen edellytyksenä on, että ilmoittautuneita on riittävä määrä. Kurssi toteutetaan, mikäli sille on ilmoittautunut viikkoa ennen kurssin alkua minimimäärä opiskelijoita. Minimimäärä on yleensä 7, liikuntaryhmissä 9. Karkkilan työväenopisto tiedottaa kurssien peruutuksista, mutta ei muistuta alkamisesta. Opetuskerran peruutuksesta opettajan sairautumisen tai muun pakollisen esteen vuoksi ilmoitetaan tekstiviestillä tai puhelimitse. Yhtä opetuskerran peruuntumista ei korvata opiskelijalle, muut peruutukset korvataan ylimääräisin opetuserroin.

### Kurssitiedotus

Opiston toiminnasta tiedotetaan ensisijaisesti opiston internetsivuilla ([www.karkkila.fi/tyovaenopisto](http://www.karkkila.fi/tyovaenopisto)), mutta myös opistotalon ilmoitustauluilla, opintoryhmissä ja tarvittaessa tekstiviestein. Työväenopiston löytää Facebookista ja Instagramista. Mahdollisuuksien mukaan tiedotuksessa käytetään Karkkilan paikallislehtiä, kirjoja ja julisteita.

### Todistukset

Säännöllisesti opintoryhmässä opiskellut voi pyynnöstä saada todistuksen opinnoistaan.

Kuluvan tai edellisen vuoden todistuksista peritään 5 €, tätä vanhempia kursseja koskevista todistuksista 10 €. Todistuksen toimitusaika on viisi vuorokautta.

### Vakuutukset

Karkkilan työväenopiston opiskelijat on vakuutettu opintoryhmässä sattuneen tapaturman varalta. Opiston järjestämällä retkillä osallistujien pitää huolehtia omasta matkavakuutuksestaan. Tapaturman sattua otathan yhteyttä opiston toimistoon.

### Opintosetelit

Opetusministeriö on myöntänyt opistolle lukuvuodeksi 2017–2018 opintosetelityyppistä avustusta, jota voidaan käyttää maahanmuuttajien, työttömien ja eläkeläisten kurssimaksujen korvaamiseen.

Opintosetelialennuksen saa vain hakemalla sitä erillisellä lomakkeella. Lomake palautetaan opiston toimistoon lukukauden alussa. Opintosetelialennusta myönnetään 100 ensimmäiselle hakijalle (á 15 euroa). Eräät ryhmät on alennettu jo valmiiksi avustuksen turvin (maininta kurssikuvauksessa), eikä näihin ryhmiin voi hakea lisäalennusta. Alennusta voi hakea vain koko lukuvuoden kestävästä kurssista ja sitä voi saada vain yhdestä kurssista/opiskelijaa. Mikäli opiskelija siis osallistuu ryhmään, joka on alennettu jo valmiiksi, hän ei voi hakea alennusta toisesta kurssista. Opintosetelilomakkeita löytyy opinto-ohjelman lisäksi opiston nettisivuilta sekä opistotalolta.

### Opiston näyttelyt ja tapahtumapäivä

Opiston tapahtumapäivä Nyhkälän koululla la

7.4.2018 klo 11–14

Kuvataide- ja savityöryhmien näyttely kirjastogalleriassa 18.–29.4. kirjaston aukioloaikoina

Opiston kevätnäyttely 22.4.–1.5. klo 12–18 Galleria Bremerissä, avajaiset su 22.4. klo 12 (Töiden tuonti ke 18.4. klo 14–18 ja poishaku ke 2.5. klo 12–18, huom. töitä ei saa hakea pois ennen näyttelyn loppumista)

### Karkkilan työväenopiston toverikunta

Opistolaisten opiskelijajyhdistys, Karkkilan työväenopiston toverikunta pyörittää talkoovoimin Kovelajärven rannalla olevaa Suvimajaa (Vuotinaistentie 106). Suvimajan toiminta ajoittuu kesäkauteen, jolloin Suvimaja on vuokrattavissa. Lisäksi Suvimajan sauna lämpimää kesäaikana keskiiviikkoisin klo 18–20.30, saunamaksu on 2 €/henkilö.

### Toverikunnan toimihenkilöt:

Aliisa Turtiainen, puheenjohtaja,

puh. 050 512 58 67

Paula Ailio, sihteeri, puh. 040 753 01 97,

[paula.ailio@gmail.com](mailto:paula.ailio@gmail.com)

Jäsenmaksu työvuonna 2017–2018 on 4 euroa. Jäsenmaksun voi maksaa toverikunnan pankkitilille FI85 4006 3320 0033 53 (Länsi-Uudenmaan Säästöpankki). Jäsenmaksun voi maksaa myös toverikunnan toimihenkilölle tai työväenopiston toimistoon.

### Työvuosi 2017–2018

Syyslukukausi 4.9.–3.12.2017

Syysloma (viikko 42) 16.–22.10.2017

Kevätlukukausi 8.1.–31.7.2018

Talviloma (viikko 8) 19.–25.2.2017

## Opintosetelihakemus

Maahanmuuttajien, työttömien ja eläkeläisten kurssimaksujen korvaamiseen, opintosetelin arvo on 15 euroa. Lomake palautetaan opiston toimistoon lukukauden alussa. Alennusta voi hakea vain koko lukuvuoden kestävästä kurssista ja sitä voi saada vain yhdestä kurssista/opiskelijaa.

Hakijan nimi:

Puhelin:

Syntymävuosi:

Kuulun seuraavaan ryhmään:

työtön

maahanmuuttaja

eläkeläinen

Kurssi, jonka maksusta haen opintosetelialennusta:

Hakijan allekirjoitus

## Luennot ja keskustelupiirit



### 329850 Ikäihmisen yliopisto / Suomi - myytit ja todellisuus

Opistotalo, to klo 13-14.30,  
28.9.-9.11.2017, 18.1.-15.3.2018  
Elina Koskimaa (18 t)

Katsotaan tallenteina Helsingin yliopiston kevään 2017 luentosarjaa Suomen myyteistä ja todellisuudesta ja keskustellaan sen pohjalta. Ennakoilmoittautumista ei tarvita, käteismaksu 5 € sis. pullakahvit.

28.9. **Suomi - sata vai tuhat vuotta**  
(prof. emerit. Matti Klinge)

#### Olen suomalainen:

12.10. **Suomalaisten hankalat geenit**  
(prof. Aarno Palotie)

26.10. **Muuttuva suomen kieli**  
(dos. Lari Kotilainen)

#### Muu maa mustikka:

9.11. **Suomalaisten matkassa**  
(prof. Hanna Snellman)

18.1. **Suomalaiseläkeläiset etelässä**  
(prof. Antti Karisto)

1.2. **Suomen uudet suomalaiset**  
(prof. Inga Jasinskaja-Lahti)

#### Kertomalla rakennettu:

15.2. **Kenen Kalevala? Tarinoita suomalaisuudesta**  
(prof. Lotte Tarkka)

1.3. **Pienen kansan suuri historia.**  
Menneisyys suomalaisuuden palveluksessa (dos. Juhana Aunesluoma)

#### Sivistys-Suomi ja diginatiaiset:

15.3. **Digiloikkia tulevaisuuteen**  
(joht. Jaakko Kurhila),  
**Digi muuttaa matematiikkaa**  
(prof. Markku S. Hannula)



### 320203 Luentosarja: Elämää Suomessa menneinä aikoina

Kirjasto ke klo 17.30-19,

25.10.-22.11.2017

Sami Männistö (6 t)

Käteismaksu 5 €, ei ennakoilmoittautumista.

25.10. **Ruotuarmeija ja sen sotilaat**  
(1700- ja 1800-luku)

8.11. **Kirkkoon hautaaminen ja muita vanhempia hautajaistapoja**

22.11. **Vanha kylä muuttuu** (länsisuomalaisen maalaiskylän vaiheita)



### 320204 Luentosarja: Karkkilan historia tutuksi

Kirjasto ke klo 17.30-19,

7.3.-14.3.2018

Tommi Kuutsa (4 t)

Käteismaksu 5 €/luento, ei ennakoilmoittautumista.

7.3. **Vuosi 1918 Karkkilassa**

14.3. **Linderin aika**

### 999921 Muistisairaudet - uusi kansantauti

Palvelutalo, ke klo 18-19.30,  
11.10.-22.11.2017

Ulla Henriksson (8 t)

Kurssimaksu 32 €

Keskustelu- ja luentosarja muistisairaana kohtaamisesta omaisille, läheisille ja muille asiasta kiinnostuneille palvelutalon ruokalassa.

11.10. **Ikäänymisen muutokset vai etenevä muistisairaus?** Sairauden ilmeneminen eri-ikäisillä, muistisairaana kohtaaminen, käyttäytymisen muutokset.

25.10. **Arki muistisairauden kanssa:** ruoka ja ravitsemus, päivittäisen harjoittelun merkitys, liikunta ja alkoholi.

8.11. **Muistisairaana tulevaisuuden näkymät:** hyvät hoitokäytännöt sairauksien eri vaiheissa, edunvalvonta, kolmannen sektorin palvelut, sairauden etenemiseen varautuminen.

22.11. **Elämä muistisairaana omaisena:** omaisen merkitys muistisairaana elämässä, omaisen tukeminen ja rohkaiseminen.

Kurssille on mahdollista osallistua myös yksittäisinä kertoina 10 euron käteismaksulla.

### 320201 Sijoituskurssi

Yhteiskoulu ke klo 18-19.30,

27.9.-11.10.2017

Tuomo Paaso, Marianna Hartikainen, Riikka Vaajamo-Rezaji (6 t)

Sijoituskurssilta saat tietoa erilaisista sijoitusvaihtoehdoista, niiden tuotto-odotuksista ja riskeistä sekä sijoitustuotteiden verotuksesta. Koulutus järjestetään yhteistyössä Karkkilan työväenopiston ja Vihti-Karkkilan Osakesäästäjät ry:n kanssa.

27.9. **Pörssiosakkeet:** Miten vaurastua osakkeilla, osakkeiden valinta, osakeannit, osingot. (Tuomo Paaso)

4.10. **Sijoitusrahastot:** Rahastotyyppit ja sijoitusten hajautus rahastojen avulla. (Marianna Hartikainen)

11.10. **Sijoittajan verotus:** Myyntivoitot, osingot, hankintameno-olettama, osakeannit, vähennykset. (Riikka Vaajamo-Rezaji)

## Muu koulutus

### 130100 Sukututkimus

Yhteiskoulu, ma klo 17.30-19,  
4.9.-27.11.2017, 8.1.-9.4.2018  
Erkki Tiensuu (48 t)

Kurssimaksu 65 €

Kurssi on tarkoitettu sukututkimusharrastuksen aloittamiseen tai jatkamiseen. Kurssilla tutustutaan ihmisen elämään liittyviin tietolähteisiin (digitaaliset lähteet, arkistot, talot ja torpat), sukututkimuksessa ja arkistoissa väärittäviin uusiin käytäntöihin ja lain vaatimukseen. Arkistovierailut suunnitellaan yhdessä.

### 139802 Ikäihmisen korttirinki - Tutustu uusiin ajanvietepelihin!

Opistotalo, ma klo 9.30-12.30,  
4.9.-27.11.2017, 8.1.-9.4.2018

Ei ennakoilmoittautumista.

Kaikille avoin, hauska korttirinki jatkaa toimintaansa! Ryhmässä opetellaan uusia korttip pelejä, joiden parissa mieli virkistyy. Korttirinkiäsiä kokoontuu myös perjantaisin Nyhkälän koulun ruokalassa Olotilassa klo 15-17.30.



Meidän kaikkien Karkkila juhluvuoteen liittyvää ohjelmaa



Ilmainen kurssi

## Retket Karkkilassa



### 999916 Kävely-/eväsretki Lautlammen kodalle

la klo 10–12.30, 5.5.2018

Pasi Åman (3 t)

Kävely-/eväsretki Lautlammen kodalle. Samalla mahdollisuus tutustua onginnan saloihin ja kokeilla onkimista Lautlammella. Kumisaappaat, omat eväät, säänmukainen varustus. Kokoontuminen opistotalon pihalla 9.45, josta lähtö kimppekyydein. Retki järjestetään yhteistyössä Karkkilan kalastusseuran kanssa. Ei ennakkoilmoittautumista.

### 999917 Kävely-/eväsretki Haukkalammelle ja Ruuhilammelle

su klo 10–12.30, 3.6.2018

Pasi Åman (3 t)

Kävely-/eväsretki Haukkamäen maisemiin, Haukkalammelle ja Ruuhilammelle. Kumisaappaat, säänmukainen varustus, omat eväät

(myös grillausmahdollisuus). Kokoontuminen opistotalon pihalla 9.45, josta lähtö kimppekyydein. Retki järjestetään yhteistyössä Karkkilan kalastusseuran kanssa. Ei ennakkoilmoittautumista.

### 999930 Karkkila tutuksi

to klo 13–14.30, 7.9.–23.11.2017, 18.1.–3.5.2018

Leena Pitkäpaasi (16 t)

Tutustutaan karkkilalaisille tärkeisiin paikkoihin, henkilöihin ja yrityksiin to klo 13–14.30 (huom. tarkasta poikkeusaikataulut!). Käynnit eivät sovellu alle kouluikäisille. Kokoontuminen 10 min. ennen vierailun alkua käyntikohteen edessä, ellei toisin mainittu. Ei ennakkoilmoittautumista.

7.9. **Kivimäki** – Myllynkivien hakkauspaikka. Yhteislähtö Opistotalolta klo 12.45. (museonjohtaja Tommi Kuutsa ja Pekka Wikberg)

5.10. **Vesitorni**, Huhdintie 19. (Tommi Kuutsa)

2.11. **Konepajakoulu**, Valtatie 22 (museo-amanuenssi Janne Viitala), huom. poikkeuksellisesti klo 18–19.30

23.11. **Mansner Oy**, hienomekaniikkayritys, Yrittäjätie 73. Huom. Poikkeuksellisesti klo 12–13.30. Ilmoittautumiset opistolle 16.11. mennessä.

18.1. **Sivistysjohtaja Arto Jormalainen**, Valtatie 26 B, 2. krs. Kokoontuminen Kaupungintalolla Serverissä.

8.2. **VK-Pelti Oy** – piipunpellit, listat, kattoasennukset, Korjutie 12.

8.3. **Ruukinpaja** – nuorten työpaja, Pajakatu 10–12.

3.5. **Vuorelan tila** – mansikkatila, Vuorelantie 44. Yhteislähtö opistotalolta klo 12.40.

## Terveydenhuolto

### 610101 Ensiapukurssi I

Yhteiskoulu, ti ja ke klo 17.30–20.45, 24.10.–1.11.2017

### 610102 Ensiapukurssi I

Yhteiskoulu, la klo 9–15.30, 11.–18.11.2017

Sinikka Nordman (16 t)

Kurssimaksu 60 €

SPR:n kurssiohjelman mukainen sisältö. Kurssimaksu sisältää SPR:n todistuksen kurssin suorittamisesta. Kurssipäivät la 11. ja 18.11.

### 610103 Hätäensiapukurssi vanhemmille

Yhteiskoulu, la klo 9–16.30, 30.9.2017

Sinikka Nordman (8 t)

Kurssimaksu 32 €

Hätäensiavun kurssi lapsiperheiden näkökulmasta. Kurssista saa SPR:n hätäensiapukurssitodistuksen.

### 610104 Ensiavun kertauskurssi

Yhteiskoulu, ke klo 17.30–20.45, 25.10.2017

Sinikka Nordman (4 t)

Kurssimaksu 25 €

Kertauskurssi on tarkoitettu sellaisille, joiden ensiavu 1, 2 tai hätäensiavun kurssista ei ole kulunut täyttä 3 vuotta. Käymällä yhden 4 tunnin kertauskurssin he saavat kurssinsa voimaan taas 3 vuodeksi.

## Jokijuhla

Suomen luonnon päivä:

Jokijuhla Karkkilan Pitkälänkoskella la 26.8. klo 12–16

Yhteistyössä Länsi-Uudenmaan vesi- ja ympäristö ry., maa- ja metsätalousministeriö, Karkkilan kaupunki, Länsi-Uudenmaan vesistökuunnostusverkosto, Karkkilan kameraseura

[www.luvy.fi/fi/hankkeet/lohikalat\\_karjaanjokeen/jokijuhla\\_2682017](http://www.luvy.fi/fi/hankkeet/lohikalat_karjaanjokeen/jokijuhla_2682017)



# Terveys, liikunta ja tanssi

## Huomioita liikuntaryhmille:

Liikuntatilojen yhteiskäytön vuoksi tila- tai aikataulumuutokset voivat olla mahdollisia opistokauden aikana. Kuntosaliryhmille järjestetään tarvittaessa tällöin korvaavaa toimintaa.

Saavuthan ajoissa paikalle. Liikuntatilaan pääsee kuitenkin vasta kun edellinen ryhmä on poistunut salista. Ethän jätä pukutiloihin arvotavaroita.

Liikuntahallin kuntosalille ja peilisalihin kuljetaan Anttilankadun puoleisesta sivuovesta. Liikuntahallin ulko-ovet ovat päivisin kiinni (klo 8–15), joten ohjaaja päästää kurssilaiset sisään ennen tunnin alkua. Paikalla pitääkin siis olla viimeistään 5 minuuttia ennen tunnin alkua.

## 830201 PhysioPilates jatko A

Haukkamäen koulu, to klo 19–20,  
7.9.–30.11.2017

## 830202 PhysioPilates jatko A, kevät

Haukkamäen koulu, to klo 19–20,  
11.1.–5.4.2018

## 830203 PhysioPilates jatko B

Haukkamäen koulu, to klo 20–21,  
7.9.–30.11.2017

## 830204 PhysioPilates jatko B, kevät

Haukkamäen koulu, to klo 20–21,  
11.1.–5.4.2018

Airi Hänninen (16 t)

Kurssimaksu 130 €

Tavoitteena on vahvistaa kehon tukilihaksia, erityisesti syviä vatsa- ja selkälähaksia sekä parantaa kehonhallintaa. Harjoittelun tulokset voi huomata jokapäiväisessä elämässä kipujen ja jäykkyyden vähenemisenä ja ryhdin parantumisena. Ohjaus on rauhallista, perusteellista ja ryhmäläisten valmiudet huomioivaa. Jatkokurssi alkeiskurssin tai muuta vastaavaa liikuntamuotoa harrastaneille. Harjoitteisiin sisältyy pienvälineiden käyttöä.

## 830210 Aito jooga A

Haukkamäen koulu, ma klo 18–19.30,  
4.9.–27.11.2017, 8.1.–9.4.2018

Anne Virtanen (48 t)

Kurssimaksu 85 €

Käytännön harjoitteita kaikille sopivassa, haasteellisessa muodossa. Monipuolisia kehonharjoituksia, hengitysharjoituksia, syvärentoutusta, keskittymistreenausta. Mukaan väljät

vaatteet, alusta ja ohut peite. Sopii erityisesti vasta-alkajille. Jatkuu alkeisryhmänä koko talven. Ryhmä soveltuu sekä miehille että naisille.

## 830212 Aito jooga B

Haukkamäen koulu, ma klo 19.30–21,  
4.9.–27.11.2017, 8.1.–9.4.2018

Anne Virtanen (48 t)

Kurssimaksu 85 €

Käytännön harjoitteita sopivassa, haasteellisessa muodossa. Monipuolisia kehonharjoituksia, hengitysharjoituksia, syvärentoutusta, keskittymistreenausta. Mukaan väljät vaatteet, alusta ja ohut peite. Ryhmä toimii alkeiskurssina syyskauden ja muuttuu kevätlukukauden alussa syventäväksi jatkoryhmäksi. Ryhmä soveltuu sekä miehille että naisille.

## 830213 Äijäjooga

Haukkamäen koulu, ti klo 18–19.30,  
5.9.–28.11.2017, 9.1.–3.4.2018

Anne Virtanen (48 t)

Kurssimaksu 85 €

Monipuolisia kehonharjoituksia, hengitysharjoituksia, syvärentoutusta, keskittymistreenausta. Myös ikämiehet huomioiden. Mukaan väljät vaatteet, alusta ja ohut peite.

## 830214 Joogaa ikäihmisille A

Högforsin liikuntahalli, ti klo 10–11.30,  
5.9.–28.11.2017, 9.1.–3.4.2018 )

## 830216 Joogaa ikäihmisille B

Högforsin liikuntahalli ti 11.30–13,  
5.9.–28.11.2017, 9.1.–3.4.2018

Anne Virtanen (48 t)

Kurssimaksu 70 €

Monipuolisia kehonharjoituksia, hengitysharjoituksia, syvärentoutusta ja keskittymistreenausta erityisesti ikäihmiset huomioon ottaen. Mukaan väljät vaatteet, alusta ja ohut peite. Huom. Muuttunut viikonpäivä edellisestä vuodesta. Kurssimaksussa on huomioitu opintotietokorvaus.

## 830218 Aamujooga

Högforsin liikuntahalli, pe 9.15–10.45,  
8.9.–30.11.2017, 12.1.–6.4.2018

Anne Virtanen (48 t)

Kurssimaksu 85 €

Monipuolisia kehonharjoituksia, hengitysharjoituksia, syvärentoutusta ja keskittymistreenausta. Mukaan väljät vaatteet, alusta ja ohut peite. Soveltuu sekä miehille että naisille.

## 830225 Chakrat ja kundaliinijooga

Nyhkälän koulu su klo 10–13, 1.–8.10.2017

Riikka Lehtonen (8 t)

Kurssimaksu 24 €

Kurssilla tutustutaan chakrasysteemiin kundaliinijoogan avulla. Kundaliinijooga on dynaamista ja meditatiivista joogaa, joka kehittää fyysistä kuntoa, notkistaa, rauhoittaa mieltä ja lievittää stressiä. Harjoittelu sopii kaikille ikään, kokoon tai kokemukseen katsomatta. Tunneille pukeudutaan joustaviin vaatteisiin. Ota mukaan oma joogamatto, ja halutessasi myös oma viltti.

## 830226 Femiinienergia ja kundaliinijooga

Nyhkälän koulu su klo 10–13, 4.–11.3.2018

Riikka Lehtonen (8 t)

Kurssimaksu 24 €

Kurssilla tutustutaan femiinin energian luonteeseen ja tehdään sitä tasapainottavia ja tukevia kundaliinijoogaharjoituksia. Kundaliinijooga on dynaamista ja meditatiivista joogaa, joka kehittää fyysistä kuntoa, notkistaa, rauhoittaa mieltä ja lievittää stressiä. Harjoittelu sopii kaikille ikään, kokoon tai kokemukseen katsomatta. Tunneille pukeudutaan joustaviin vaatteisiin. Ota mukaan oma joogamatto, ja halutessasi myös oma viltti.

## 830227 Joogaa: astangaa ja kundaliinia

Haukkamäen koulu, la klo 9–10.30,  
9.9.–2.12.2017, 13.1.–14.4.2018

Mia Halme (48 t)

Kurssimaksu 85 €

Jooga tarkoittaa yhdistymistä: hengityksen ja liikkeen, mielen ja kehon, yksilön ja maailman-kaikkeuden. Lauantaiaamun joogassa tehdään sekä astangajoogan asanaharjoituksia että asanoita kundaliinijoogasta. Jokaiseen tuntiin kuuluu myös hengitysharjoitus ja mindfulness-osuus. Tunnit sopivat kaiken kuntoisille.

## 830228 Asahi

Liikuntahalli, alasali, ma klo 17–18,  
4.9.–27.11.2017, 8.1.–9.4.2018

Mervi Heiniö (32 t)

Kurssimaksu 65 €

Asahi on terveysliikuntaa, kokonaisvaltaista kehon ja mielen yhteistyötä. Liikkeet ovat rauhallisia ja tunnukset sopivat kaikille. Liikkeet voi tehdä myös istuen. Tunnille rennot vaatteet, liikkeet tehdään paljain jaloin.

## 830229 Meditaatio

Haukkamäen koulu, ma klo 18–19.30, to klo 19–20.30, 4.–21.12.2017

Tuula Mehtonen (12 t)

Kurssimaksu 35 €

Kaksi buddhalaiseen traditioon perustuvaa meditaatiota, joista toinen auttaa lisäämään keskittymistä ja toinen työskentelemään tun-

teiden kanssa. Meditaatioharjoitukset tehdään tuoleilla istuen. Osallistujia pyydetään ottamaan mukaansa pari pientä tyynyä.

### **830100 Äiti-vauvajumppa, syksy**

**Nyhkälän koulu, ke klo 9.30–10.30,**

**6.9.–29.11.2017**

Outi Heiniö (16 t)

Kurssimaksu 30 €

Vauva-arki kuormittaa kehoa ja ajoittain mieltäkin. Äiti-vauvajumppa on kehonhuollollinen tunti jossa voi yhdessä muiden samassa elämäntilanteessa olevien kanssa venytellä väsymystä pois ja saada jumiutuneita lihaksia vetreämmiksi. Tunneilla on rento ja iloinen meininki, vauvojen ehdoilla mennään! Mukaan tarvitetset alustan vauvalle, mukavat vaatteet liikkuu ja juomapullon. Kurssi on suunnattu kaikille äideille yhdessä vauvan tai taaperon kanssa.

### **830101 Äiti-vauvajumppa, kevät**

**Nyhkälän koulu, ke klo 9.30–10.30,**

**10.1.–4.4.2018**

Outi Heiniö (16 t)

Kurssimaksu 30 €

Kurssisisältö sama kuin kurssilla 830100.

Kurssi sopii sekä syksyn ryhmäläisille että uusille jumppaajille.

### **830103 Ohjattu kuntosalijumppa naisille**

**Liikuntahalli, kuntosali, ke klo 17–18.30,**

**6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018**

### **830104 Ohjattu kuntosalijumppa miehille ja naisille**

**Liikuntahalli, kuntosali, ke klo 18.30–20,**

**6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018**

Kimmo Tolvanen (48 t)

Kurssimaksu 85 €

Kuntosalilaitteiden tehokas käyttö oman kunnan kohentamisessa. Tavoitteena lihasten vahvistaminen ja kiinteyttäminen. Sopii eri-ikäisille ja erikuntoisille.

### **830105A Seniorinaisten kuntosali A**

**Liikuntahalli, kuntosali, ma klo 15.30–**

**16.30, 4.9.–27.11.2017, 8.1.–9.4.2018**

Anne Paananen (32 t)

### **830105B Seniorinaisten kuntosali B**

**Liikuntahalli, kuntosali, ti klo 8.30–9.30,**

**5.9.–28.11.2017, 9.1.–3.4.2018**

Anne Paananen (32 t)

### **830105C Seniorinaisten kuntosali C**

**Liikuntahalli, kuntosali, ke klo 10–11, 6.9.–**

**29.11.2017, 10.1.–4.4.2018**

Henriikka Heikkinen (32 t)

Kurssimaksu 45 €

Kuntosaliharjoittelua ikääntyville naisille. Tunnin alussa hyvä alkulämmittely ja venyttely, jonka jälkeen kierto-ohjauksella toteutetaan ohjaajan määräämät pisteet. Lopuksi hyvä venyttely. Tunti sopii kaikille kuntosaliharjoittelusta kiinnostuneille ikääntyville naisille. Kurs-

simaaksussa on huomioitu opintosetelialennus. Huom. keskiviikon ryhmällä on korvaavaa toimintaa ylioppilaskirjoitusten aikana.

### **830106A Naisten kuntosali A**

**Liikuntahalli, kuntosali, ma klo 18–19.15,**

**4.9.–27.11.2017, 8.1.–9.4.2018**

### **830106B Naisten kuntosali B**

**Liikuntahalli, kuntosali, ma klo 19.15–**

**20.30, 4.9.–27.11.2017, 8.1.–9.4.2018**

Henriikka Heikkinen (40 t)

Kurssimaksu 75 €

Kuntosaliharjoittelua naisille. Tunnin alussa hyvä alkulämmittely ja venyttely, jonka jälkeen kierto-ohjauksella toteutetaan ohjaajan määräämät pisteet. Lopuksi hyvä venyttely.

### **830107A Seniorimpiesten kuntosali A**

**Liikuntahalli, kuntosali, ma klo 16.45–**

**17.45, 4.9.–27.11.2017, 8.1.–9.4.2018**

Anne Paananen (32 t)

### **830107B Seniorimpiesten kuntosali B**

**Liikuntahalli, kuntosali, ke klo 12.30–13.30,**

**6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018**

Anne Paananen (32 t)

Kurssimaksu 45 €

Kuntosaliharjoittelua ikääntyville miehille. Tunnin alussa hyvä alkulämmittely ja venyttely, jonka jälkeen suoritetaan ohjaajan määräämiä pisteitä omaan tahtiin. Tunnin lopussa hyvä venyttely. Tunti sopii kaikille kuntosaliharjoittelusta kiinnostuneille ikääntyville miehille. Kurssimaksussa on huomioitu opintosetelialennus. Huom. keskiviikon ryhmällä on korvaavaa toimintaa ylioppilaskirjoitusten aikana.

### **830108 Tuolijumppa**

**Opistotalo, pe klo 10–11, 8.9.–1.12.2017,**

**12.1.–6.4.2018**

Marjo Mansokoski (32 t)

Kurssimaksu 45 €

Monipuolista, lihaksia vahvistavaa kuntojumppaa istuen. Yksinkertaiset ja tehokkaat liikkeet lisäävät myös liikkuvuutta ja koordinaatiota. Joka kerran lopuksi venytykset ja rentoutushetki. Suunnattu erityisesti erityisryhmille ja senioreille. Kurssimaksussa on huomioitu opintosetelialennus.

### **830110 Naisten liikunta**

**Liikuntahalli, alasali, ti klo 19–19.45,**

**5.9.–28.11.2017, 9.1.–3.4.2018**

Erja Ilonen (24 t)

Kurssimaksu 58 €

Kuntovoimistelu, rasvanpolttojumppa. Sopii hyvin myös mm. painonpudottajille ja ikääntyneille.

### **830113 Naisten kuntojumppa**

**Liikuntahalli, alasali, ke klo 18–19,**

**6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018**

Anna Koivu (32 t)

Kurssimaksu 60 €

Jumppa sopii kaikenikäisille naisille. Tunti sisältää helppoa askellusta musiikin mukana, lihas-kuntoa ja hyvät venyttelyt.

### **830114 Seniorimpiesten kuntojumppa**

**Liikuntahalli, alasali, ke klo 19–20,**

**6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018**

Anna Koivu (32 t)

Kurssimaksu 45 €

Ikääntyville miehille tarkoitettua jumppaa rauhallisella tahdilla. Tunti sisältää alkulämmittelyn, lihaskuntoharjoittelua ja hyvät venyttelyt. Kurssimaksussa on huomioitu opintosetelialennus.

### **830115 Seniorijumppa**

**Liikuntahalli, alasali, ke klo 13.45–14.45,**

**6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018**

Anne Paananen (32 t)

Kurssimaksu 45 €

Jumppa on tarkoitettu ikääntyville niin miehille kuin naisille. Rauhallisella tahdilla toteutettua jumppaa, lihaskuntoharjoittelua ja venyttelyä. Kurssimaksussa on huomioitu opintosetelialennus.

### **830116 Tasapainoa ja voimaa**

**Liikuntahalli, alasali, to klo 9–10,**

**7.9.–30.11.2017, 11.1.–5.4.2018**

Marjo Mansokoski (32 t)

Kurssimaksu 45 €

Tasapainoa kehittäviä ja ylläpitäviä harjoitteita kaikenkuntoisille. Tunnilta vahvistetaan koko kehoa monipuolisilla lihaskunto- ja tasapainoharjoitteilla. Joka kerran lopuksi venytykset ja rentoutushetki. Kurssimaksussa on huomioitu opintosetelialennus.

### **Uusille kuntosalin käyttäjille suositellaan liikuntatoimen järjestämän peruskurssin käymistä**

#### **Kuntosalilaitteiden peruskurssi senioreille**

Kurssi sisältää kolme opetustuntia ja on osallistujalle maksuton. Mukaan otetaan 6 hlöä/kurssi. Ilmoittautuminen peruskurssille ma 7.8. alkaen Anne Paanaselle p. 044 767 48 83 tai [anne.paananen@karkkila.fi](mailto:anne.paananen@karkkila.fi)

Peruskurssi A:  
ti 29.8. klo 8.30–9.30  
ke 30.8. klo 13–14  
pe 1.9. klo 13–14

Peruskurssi B:  
ti 29.8. klo 9.45–10.45  
ke 30.8. klo 14.15–15.15  
pe 1.9. klo 14.15–15.15

### 830117 Venyttely ja rentoutus

Liikuntahalli, alasali, ti klo 9.45–10.30,  
5.9.–28.11.2017, 9.1.–3.4.2018

Anne Paananen (24 t)

Kurssimaksu 43 €

Rauhallisia venytyksiä koko keholle. Kurssimaksussa on huomioitu opintotetelialennus.

### 830118 Rentoutuskurssi, syksy

Haukkamäen koulu, la klo 11–12.30,  
23.9.–14.10.2017

Marjo Mansokoski (8 t)

### 830119 Rentoutuskurssi, kevät

Haukkamäen koulu, la klo 11–12.30,  
27.1.–17.2.2018

Marjo Mansokoski (8 t)

Kurssimaksu 24 €

Kurssilla opetellaan ja kokeillaan erilaisia rentoutusmenetelmiä pidemmistä mielikuvarentoutuksista lyhyisiin mindfulness-harjoituksiin. Rentoutusharjoituksissa käytetään myös liikettä, venytyksiä ja hengitystä. Tarkoituksena on etsiä ja löytää itselle parhaiten toimivat keinot rentoutumiseen ja rauhoittumiseen, jotka voi ottaa osaksi arkea. Ota mukaan oma jump-pamatto, lämmin villi ja pitkähihainen paita joka kerran pidempää loppurentoutusta varten. Kevään kurssille voi osallistua niin syksyn kurssilaisia kuin uusiakin.

### 830119 Kehitysvammaisten kuntosalijumppa

Liikuntahalli, kuntosali, ke klo 15.15–16.30,  
6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018

Anne Paananen (40 t)

Kurssimaksu 60 €

Kuntosalivoimistelua osallistujille turvallisilla kuntosalilaitteilla. Lämmittelyjakso, oikeaop-

pinen kuntosalilaitteiden käyttö, loppurentoutus. Kurssimaksussa on huomioitu opintotetelialennus.

### 830125 Tule's Samba

Liikuntahalli, alasali, to klo 18–19,  
7.9.–30.11.2017, 11.1.–5.4.2018

Venla Saari (32 t)

Kurssimaksu 90 €

Kaikille sopiva liikuntamuoto, jossa kohotetaan kuntoa ja lisätään liikkuvuutta kuumien sambarytmien tahdittamana. Liikkeet ovat nivelistävällisiä ja sopivat myös tuki- ja liikuntaelinongelmallisille. Tunti koostuu samba-reggaesta (alkulämmittely), karnevaalisambasta (tanssillinen osuus), lihaskunto-osuudesta ja venyttelyistä.

### 830127 Baila Senior

Nyhkälän koulu, ke klo 10.45–11.45,  
6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018

Anne Paananen (32 t)

Kurssimaksu 55 €

Lattarirytmieihin ja -askeliin pohjautuva, helppo, tanssillinen kuntotunti kaikenkuntoisille. Osallistuminen ei edellytä tanssitaustaa tai -paria. Kurssimaksussa on huomioitu opintotetelialennus.

### 830128 Lattarit

Liikuntahalli, alasali, ma klo 18–19,  
4.9.–27.11.2017, 8.1.–9.4.2018

Anne Paananen (32 t)

Kurssimaksu 70 €

Lattarirytmieihin ja -askeliin pohjautuva, helppo, tanssillinen kuntotunti kaikenkuntoisille. Osallistuminen ei edellytä tanssitaustaa tai -paria.

### 830129 Lavatanssilauantait

Haukkamäen koulu, la klo 11.45–15,  
16.9, 18.11.2017, 20.1, 17.3.2018

Marjo ja Janne Malin (16 t)

Kurssimaksu 75 € / koko kurssi, 25 € / yksittäinen lauantai

Jokaisena lavatanssilauantaina tanssitaan kahta tanssilajia alkeista lähtien, mukaan voi tulla joka kerta tai vain joinain lauantaipäivinä. Kurssille voi ilmoittautua parin kanssa tai yksin, tanssitaustalla tai ilman.

#### 16.9. Tango ja jive, kurssinnumero

ilmoittautuessasi vain tälle kerralle  
830130

#### 18.11. Cha cha ja salsa, kurssinnumero

ilmoittautuessasi vain tälle kerralle  
830131

#### 20.1. Foksi ja bugg, kurssinnumero

ilmoittautuessasi vain tälle kerralle  
830132

#### 17.3. Valssi ja fusku, kurssinnumero

ilmoittautuessasi vain tälle kerralle  
830133

**Päivätanssit la 14.4.2018  
klo 12–14.30  
Haukkamäen koulun  
liikuntasalissa**

Tanssitunnelman takaa Karkkilan työväenopiston viihdeorkesteri, askeleisiin johdattavat Janne ja Marjo Malin.

Käteismaksu 5 euroa.



## Musiikki

### 110101 Mieskuoro

Yhteiskoulu, ruokasali, ma klo 16–18,  
4.9.–27.11.2017, 8.1.–9.4.2018

Arja Virtanen (60 t)

Kurssimaksu 46 €

Kuorolaulun teoriaa, äänenmuodostusta ja mieskuorolauluja. Mukaan sopii myös uusia laulajia.

### 110102 Naiskuoro

Yhteiskoulu, ruokasali, ma klo 18–20,  
4.9.–27.11.2017, 8.1.–9.4.2018

Arja Virtanen (60 t)

Kurssimaksu 46 €

Kuorolaulun teoriaa ja harjoituksia, äänenmuodostusta ja naiskuorolauluja. Mukaan sopii myös uusia laulajia.

### 110103 Viihdekuoro

Nyhkälän koulu, to klo 18–20.30,  
7.9.–30.11.2017, 11.1.–5.4.2018

Heikki Valpola (72 t)

Kurssimaksu 52 €

Äänenkäytön ja musiikinteorian perusteita, sekakuoro-ohjelmistoa. Mukaan sopii myös uusia laulajia.

### 110107 Elämänsä kaaren musiikki

Karkkilan musiikkikoulu, ti klo 10–11.30,  
5.9.–28.11.2017, 9.1.–3.4.2018

Tuija Närhi (48 t)

Kurssimaksu 48 €

Tarkoitettu seniori-ikäisille. Lauletaan omaa elämää koskettavia lauluja, kuunnellaan iki-muistoista soitantaa ja keskustellaan musi-

kin herättämistä muistoista. Uudet laulajat rohkeasti mukaan! Kurssimaksussa on huomioitu opintotetelialennus.

### 110108A Laulukoulu

laulutaidottomille A (uudet opiskelijat)

Karkkilan musiikkikoulu, to klo 18–18.45,  
7.9.–30.11.2017, 11.1.–5.4.2018

Tellervo Harjanne (24 t)

Kurssimaksu 34 €

Pelkäätkö laulaa, koska saatat laulaa "väärin"? Tähän kuoroon voit tulla sellaisena kuin olet, nauttimaan yhdessä laulamista ilman paineita. Pienien ääniharjoitusten avulla opimme ehkä kuitenkin "sala" jotain uutta. Tervetuloa laulamaan!



### 110108B Laulukuoro laulutaidottomille B

Karkkilan musiikkikoulu, ke klo 18–18.45,  
6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018  
Tellervo Harjanne (24 t)  
Kurssimaksu 34 €

Laulutaidottomien kuoro niille, jotka ovat olleet mukana jo aikaisemmin. Tervetuloa laulaamaan!

### 110110 Soittokunta

Karkkilasali, ma klo 18–20.30,  
4.9.–27.11.2017, 8.1.–9.4.2018  
Hannu Simoinen (42 t)  
Kurssimaksu 36 €

Yhteisharjoittelua Nummelan ja Nummen soittokuntien kanssa. Mukaan mahtuu myös uusia soittajia. Soittokunta kokoontuu Karkkilassa parillisten viikkojen maanantai-iltaisin, yhteensä 7 krt/lukukausi.

### 110121 Pianonsoitto A

Nyhkälän koulu, ma 4.9.–27.11.2017,  
8.1.–9.4.2018  
Tomi Kostian  
Kurssimaksu 95 € / syksy, 95 € / kevät

Pääpaino kevyessä musiikissa ja vapaassa säestyksessä. Yksityisopetusta (30 min).

### 110122 Pianonsoitto B

Karkkilan musiikkikoulu, to  
7.9.–30.11.2017, 11.1.–5.4.2018  
Tellervo Harjanne  
Kurssimaksu 95 € / syksy, 95 € / kevät

Pianonsoiton perusteita. Yksityisopetusta (30 min).

### 110130 Harmonikansoitto

Opistotalo, 8.9.–2.12.2017,  
12.1.–14.4.2018  
Soile Närhi  
Kurssimaksu 95 € / syksy, 95 € / kevät

Yksilöllistä harjoittelua kurssilaisten tason mukaan. Yksityisopetusta (30 min), opetusajat sovitaan syksyllä.

### 110140 Kitaransoitto

Nyhkälän koulu, ma 4.9.–27.11.2017,  
8.1.–9.4.2018  
Lauri Jämsänen  
Kurssimaksu 70 € / syksy, 70 € / kevät

Akustisen ja sähkökitaransoiton perusteet. Opetus pienissä tasoryhmissä maanantai-iltaisin. Uusia kurssilaisia otetaan vapautuvilla paikoilla.

### 110142 Sähkökitara ja sähköbasso

Yhteiskoulu, Nyhkälän koulu,  
7.9.–1.12.2017, 11.1.–13.4.2018  
Erkki Kuuttilla  
Kurssimaksu 95 € / syksy, 95 € / kevät

Soittamisen perustekniikkaa, mm. soittimen tuntemus ja hallinta sekä länsimaisen rytmimusiikin eri tyyliä. Oma kitara oltava mukana (sähkö tai akustinen). Kurssi sopii kaikenikäisille 6 v. alkaen. Yksityisopetusta (30 min). Tunnit torstaisin yhteiskoululla tai perjantaisin Nyhkälän koululla.

### 110143 Rumpujen soitto

Nyhkälän koulu, to 7.9.–30.11.2017,  
11.1.–5.4.2018  
Chris Konieczny  
Kurssimaksu 95 € / syksy, 95 € / kevät

Tekniikkaa, komppeja, nuottilukua. Yksityisopetusta (30 min).

### 110144 Yksinlaulu

Nyhkälän koulu, ti 5.9.–28.11.2017,  
9.1.–3.4.2018  
Eeva-Kaarina Vilke  
Kurssimaksu 140 € / syksy, 140 € / kevät

Äänenmuodostusta ja laulujen tulkintaa kaikille aikuisille laulunharrastajille. Yksityisopetusta (30 min).

### 110136 Ukulelesäestyksen kurssi

Opistotalo, to klo 15.30–16.30,  
28.9.–30.11.2017, 11.1.–15.3.2018  
Elina Koskimaa (12 t)  
Kurssimaksu 32 €

Opetellaan helppojen ja tuttujen laulujen säestystä. Kurssi on tarkoitettu jo perusteet osaaville. Kokoontumispäivät 28.9., 12.10., 26.10., 9.11., 18.1., 1.2., 15.2., 1.3., 15.3.

### 110137 Ukulelesoiton jatkokurssi

Nyhkälän koulu, la klo 13–14.30,  
16.9.–25.11.2017  
Erkki Kuuttilla (12 t)  
Kurssimaksu 32 €

Jatkoa edellisen vuoden alkeiskursseille, ukulelesoiton alkeet jo osaaville. Opiskelijalla oltava oma soitin mielellään jo ensimmäisellä tunnilla (tarvittaessa opettaja auttaa hankinnassa). Vapaa myös muistiinpanovälineet mukaan kurssille! Kurssipäivät 16.9., 30.9., 14.10., 28.10., 11.11. ja 25.11.

### 110138 Ukuleleorkesteri

Kaupungintalo, ti klo 19.30–20.45,  
6.9.–28.11.2017, 9.1.–3.4.2018  
Erkki Kuuttilla (40 t)  
Kurssimaksu 75 €

Orkesteri (Karkkilan I ukuleleorkesteri) on tarkoitettu ukulelesoiton perusteet hyvin osaaville soittajille. Ryhmä kokoontuu kaupungintalolla ukuleleyhdistyksen omissa treenitiloissa.

### 110150 Viihde-/tanssiorkesteri

Yhteiskoulu, to klo 19.30–21,  
7.9.–30.11.2017, 11.1.–5.4.2018  
Erkki Kuuttilla (48 t)  
Kurssimaksu 100 €

Yhtyesoiton perusteita, mm. komppilapun lukeminen ja eri tyyliä tanssimusiikissa. Välttävään nuotinlukutaito suotavaa.

### 110170 Musiikin teorian peruspaketti musiikinharrastajalle

Karkkilan musiikkikoulu, la klo 10–12.30,  
16.9. ja 30.9.2017  
Tuija Närhi (6 t)  
Kurssimaksu 20 €

Musiikin teorian perusteita: Nuottien nimet, oktaavialet, perussävellajit ja pääsoinnut, rytmit, sanastoa. Kurssin sisältö räätälöidään kurssilaisten lähtötason ja kiinnostuksen mukaan.

### 110172 Musiikin teorian perusteiden jatkoa

Karkkilan musiikkikoulu, la klo 10–12.30,  
13.1. ja 27.1.2018  
Tuija Närhi (6 t)  
Kurssimaksu 20 €

Musiikin teorian perusteisiin tutustuminen jatkuu. Kurssi räätälöidään osallistujien taitotason ja kiinnostuksen mukaan.



### 110174 Musiikillisia tuokiokuvia itsenäisen Suomen eri vuosikymmeniltä

Kirjasto, to klo 18–19, 21.9.–12.10.2017  
Tuija Närhi (5 t)

Iltojen aikana käydään läpi Suomen vuosikymmeniä musiikin kautta. Mitä suomalaisessa musiikissa milloinkin tapahtui, mikä oli pinnalla, mitä ihmiset kuuntelivat? Iltoihin ei tarvita ennakoilmoittautumista.

21.9. Musiikki itsenäisessä Suomessa  
1917–1939

28.9. 1940-luvulta 1960-luvulle

5.10. 1970-luvulta 1990-luvulle

12.10. Poimintoja 2000-luvulta kohti  
100-vuotista Suomea.

### 110180 Lauletaan yhdessä!

Kaikille avoimet yhteislauluillat:  
to 12.10. klo 18–19 laulattamassa  
viihdekuoro (Nyhkälän koulun ruokalassa)  
ti 21.11. klo 10–11.30 elämänsäkaaren  
musiikin ryhmä (opistotalolla)  
ma 22.1.18 klo 17.30–18.30 nais-  
ja mieskuoro (yhteiskoulun ruokalassa)  
ke 14.3. klo 18–19 laulutaidottomien kuorot  
(Nyhkälän koulun ruokalassa).  
Ei ennakoilmoittautumista.

Työväenopiston elämänsäkaaren musiikin  
ryhmä kutsuu kaikenikäiset mukaan  
vanhustenviikon tapahtumaan:

**Hyvän mielen aamu 3.10.2017  
klo 10–11.30 Pohjanpirtillä**

Ohjelmassa yhteistoiminnallista  
musiikillista tekemistä eri toimijoiden  
yhteistyönä. Vapaa pääsy, tervetuloa!

# Kielet

## SUOMI

### 120112 Suomen kielen perusteiden intensiivikertaus

**Yhteiskoulu, to klo 17–20, pe klo 17–20, la klo 10–13, 7.–9.9.2017**

Pirjo Leväniemi (12 t)

Kurssimaksu 20 €

Kurssilla käydään läpi kieliopin perusteet mutta ennen kaikkea opit kommunikoidaan jokapäiväisissä keskustelutilanteissa.

The course will cover basic grammar and structures but most importantly you will learn to communicate in simple everyday situations.

### 120113 Finnish for beginners / Suomea maahanmuuttajille, syksy

**Yhteiskoulu, to klo 17–20, pe klo 17–20, la klo 10–13, 28.9.–13.10.2017**

Pirjo Leväniemi (28 t)

Kurssimaksu 30 €

Alkeis- ja jatko-opiskelijat ovat tervetulleita opiskelemaan oman taitonsa mukaan. Oppikirja: Suomen mestari 1, 2, ja 3. Opintosetelilennus on huomioitu kurssimaksussa.

### 120114 Finnish for beginners / Suomea maahanmuuttajille, kevät

**Yhteiskoulu, to klo 17–20, pe klo 17–20, la klo 10–13, 8.3.–7.4.2018**

Pirjo Leväniemi (60 t)

Kurssimaksu 35 €

Ilmoittautuminen alkaa 17.8.2017 klo 12.00. Alkeis- ja jatko-opiskelijat ovat tervetulleita opiskelemaan oman taitonsa mukaan. Oppikirja: Suomen mestari 1, 2, ja 3. Opintosetelilennus on huomioitu kurssimaksussa.

## RUOTSI

### 120203 Raaputa ruosteista ruotsia

**Yhteiskoulu, la klo 10–16.30, 20.1.2018**

Paula Tokoi (8 t)

Kurssimaksu 24 €

Tehokertausta ruotsia joskus lukeneille. Hie-man kielioppia, kuuntelua, pääpaino keskustelussa. Opettajän materiaali.

## ENGLANTI

### 120328 Englannin jatkokurssi 2

**Yhteiskoulu, ke klo 18–19.15, 6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018**

Vili Rantanen (40 t)

Kurssimaksu 60 €

Jatkamme alkeiden opiskelua englannin kielen harrastajille tai monen vuoden tauon jälkeen kielitaitoaan herätteleville. Mukaan voivat tul-

la kaiken ikäiset englannin kielen perusteista kiinnostuneet. Kurssin alussa kerrataan aiemmin opittua. Oppikirja Everyday English 2.

### 120329 Creative writing

**Yhteiskoulu, la klo 15–16.30, 16.9.–25.11.2017 (joka toinen lauantai)**

Vili Rantanen (12 t)

Kurssimaksu 32 €

This is your chance to practice writing short stories and fiction! We'll gather to write and discuss about our stories every second Saturday. You will improve your writing as well as get the chance to get feedback on it! The course is in English and requires you to be prepared to actively write, read and speak English during the course.

### 120330 English Club

**Yhteiskoulu, ke klo 19.15–20.30, 6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018**

Vili Rantanen (40 t)

Kurssimaksu 60 €

Come and improve your conversational English at the English Club! In this course we practise conversational strategies, hone our pronunciation and expand our vocabulary. The course is in English. Welcome!

## RANSKA

### 120401 Ranskan alkeiden jatko

**Yhteiskoulu, to klo 18–19.15, 7.9.–30.11.2017, 11.1.–5.4.2018**

Carole Tikanoja (40 t)

Kurssimaksu 60 €

Ranskan kielen alkeiden jatkoa viime vuoden alkeisryhmälle sekä kertaajille. Tule ja tutustu ranskalaiseen kulttuuriin! Oppikirja Parfait! 2 (Otava)

### 120402 Ranskan keskusteluryhmä

**Yhteiskoulu, to klo 19.15–20.30, 7.9.–30.11.2017, 11.1.–5.4.2018**

Carole Tikanoja (40 t)

Kurssimaksu 60 €

Ranskan kielen keskusteluryhmä perusteet osaaville. Une classe où la langue et la culture française est à l'honneur. Des discussions autour de la culture de l'histoire de la littérature de la nourriture etc....pour développer votre vocabulaire avec un professeur natif.

## VENÄJÄ

### 120601 Venäjä 2

**Yhteiskoulu, pe klo 17–19.15, la klo 10–13.15, 15.9.–7.10.2017, 2.3.–24.3.2018**

Paula Tokoi (40 t)

Kurssimaksu 60 €

Kurssi sopii noin vuoden kieltä opiskelleille. Rennossa ilmapiirissä jatketaan kielen perusrakenteiden opiskelua ja tutustutaan venäläiseen kulttuuriin. Oppikirja: Kafe Piter 1 (kpl 6–8). Kokoontumispäivät syksyllä pe 15.9. ja 22.9., la 23.9. ja 29.9. ja 6.10. ja 7.10. Keväällä pe 2.3. ja 9.3., la 10.3., pe 16.3. ja 23.3., la 24.3.

### 120602 Venäjä 5

**Yhteiskoulu, pe klo 17–20.15, la klo 10–15.30, 27.10.–18.11.2017, 12.1.–3.2.2018**

Paula Tokoi (40 t)

Kurssimaksu 60 €

Kurssi sopii n. 4 vuotta venäjää opiskelleille. Rennossa ilmapiirissä opitaan lisää kielen perusrakenteita, sanastoa ja venäläistä kulttuuria. Oppikirja: Kafe Piter 1 (kpl 18) ja Kafe Piter 2 (kpl 1–2). Kokoontumispäivät pe–la 27.–28.10., 17.–18.11., 12.–13.1., 2.–3.2.

## ESPANJA

### 120710 Espanjan alkeiden jatko

**Yhteiskoulu, ma klo 17.30–18.45, 4.9.–27.11.2017, 8.1.–2.4.2018**

Ana Maria Gutierrez-Sorainen (40 t)

Kurssimaksu 60 €

Tutustumismatkasi espanjan kieleen ja espanjankieliseen kulttuuriin jatkuu. Kurssi sopii kaikille niille, jotka ovat aiemmin opiskelleet espanjan alkeita. Kertaamme alkeita, opiskelemme uusia perusrakenteita ja sanastoa. Tunneilla opimme selviytymään erilaisista helppoista tilanteista, joihin matkailija voi joutua. Kurssin tavoite on rohkaista osallistujia käyttämään oppimiaan lauseita ja sanoja sekä oppia lisää espanjankielisten maiden kulttuureista. Oppikirjana Buenas Migas 2, alusta.

### 120712 El Club, espanjan keskustelukerho

**Yhteiskoulu, ma klo 18.45–20, 4.9.–27.11.2017, 8.1.–2.4.2018**

Ana Maria Gutierrez-Sorainen (40 t)

Kurssimaksu 60 €

Si has estudiado español y quieres mejorar la lengua hablada, este curso es para ti. Vamos a familiarizarnos y a hablar sobre temas de la actualidad y la cultura de los países hispanohablantes en un ambiente relajado. Cada participante puede influir en el contenido del curso. Kerho on kaikille, jotka haluavat harjoitella puhuttua kieltä iloisessa ja avoimessa ilmapiirissä. Kerhon tavoite on rohkaista osallistujia puhumaan espanjaa. Samalla kartutamme sa-

navarastoa ja syvemmälle espanjankielisen maailman tuntemusta ajankohtaisen aiheiden kautta ja osallistujien toiveiden mukaisesti. Materiaali opettajalta.

## VIRO

### 129805 Viron kielen perusryhmä

**Opistotalo, ma klo 18–19.15,  
4.9.–27.11.2017, 8.1.–2.4.2018**

Liina Jokinen (40 t)

Kurssimaksu 60 €

Perusryhmän luku- ja käännoitekstit opettajan materiaaleista. Kieliopissa käytetään oppi-

kirjoja "Keelesild" ja "T-nagu Tallinn" sekä niihin kuuluvia äänitteitä. Lisäksi luemme virolaisia sanomalehtiä "Maaleht" ja Pärnu Postimees".

### 129806 Viron kielen keskusteluryhmä

**Opistotalo, ma klo 16.30–17.45,  
4.9.–27.11.2017, 8.1.–2.4.2018**

Liina Jokinen (40 t)

Kurssimaksu 60 €

Keskusteluryhmä käyttää virolaisia sanomalehtiä kuten "Sirp", "Maaleht" ja "Eesti Express" ym. materiaaleja. Viro juhlii ensi vuonna 2018 itsenäisyyden 100-vuotishulaa, joka heijastuu teemoissa. Kielioppia tarpeen tullen.

## ARABIA

### 129808 Arabian alkeet

**Yhteiskoulu, la klo 10–13,  
23.9.–25.11.2017, 20.1.–7.4.2018**

Hayder Aljournaj (40 t)

Kurssimaksu 60 €

Arabian kielen alkeita tiiviskursseina sekä viime vuoden opiskelijoille että uusille kurssilaisille. Kurssipäivät la 23.9., 7.10., 28.10., 11.11., 25.11. sekä 20.1., 3.2., 17.2., 10.3., 24.3., 7.4.

## Tietotekniikka ja media

### 340101 Tietotekniikan neuvontapiste A

**Kirjasto, ti 3.10.2017**

### 340101B Tietotekniikan neuvontapiste B

**Kirjasto, ti 14.11.2017**

### 340101C Tietotekniikan neuvontapiste C

**Kirjasto, ti 30.1.2018**

### 340101D Tietotekniikan neuvontapiste D

**Kirjasto, ti 6.3.2018**

Kaisa Tasala

Tarvitsetko henkilökohtaista opastusta, apua tai neuvoja puhelimen, tabletin tai tietokoneen kanssa? Ilmoittaudu mukaan tietotekniikan neuvontapisteeseen! Jokaiselle varataan oma 30 minuutin aika. Käteismaksu 5 euroa.

### 340102 Oman laitteen hankinta

**Yhteiskoulu, ti klo 17.30–20, 12.9.2017**

Kaisa Tasala (3 t)

Kurssimaksu 12 €

Tarvitsetko älypuhelimien, tabletin vai tietokoneen? Mitä minun on hyvä ottaa huomioon hankkiessani uutta laitetta?

### 340103 Tietotekniikan käytön perusteet

**Yhteiskoulu, ti klo 17.30–20,  
26.9.–24.10.2017**

Kaisa Tasala (12 t)

Kurssimaksu 32 €

Kerrataan ja opetellaan tietokoneen käytön perusteita: sovellukset, tallentaminen, kansiorakenne, ulkoiset muistivälineet, virustorjunta, tulostus. Mukaan otetaan oma tietokone (miel. Windows 10). Sopii sekä kertaajille että uusille kurssilaisille!

### 340105 Älypuhelin ja tabletti tutuksi

**Yhteiskoulu, la klo 10–13.15, 28.10.2017**

Kaisa Tasala (4 t)

Kurssimaksu 15 €

Ota kurssille mukaan oma älypuhelimesi tai tablettisi. Kurssilla tutustutaan laitteen perustoimintoihin.

### 340106 Nykyaikainen tallentaminen

**Yhteiskoulu, ti klo 17.30–20, 7.11.2017**

Kaisa Tasala (3 t)

Käteismaksu 12 €

Miten tallennan tietoni? Erilaisten pilvipalveluiden esittely.

### 340107 Vanha kannettava tietokone Ubuntuksi

**Yhteiskoulu, ti klo 17.30–20,  
16.–23.1.2018**

Kaisa Tasala (6 t)

Kurssimaksu 20 €

Lojuuko nurkissasi vanha XP-järjestelmäinen tietokone? Päivitä se ilmaiseen Ubuntuun ja saat siitä hyvän koneen vielä moneksi vuodeksi.

### 340108 Kuvankäsittelyn perusteita (gimp)

**Yhteiskoulu, ti klo 17.30–20, 6.–27.2.2018**

Kaisa Tasala (12 t)

Kurssimaksu 32 €

Tutustutaan Gimp-ilmaisohjelman käyttöön. Jos kuvankäsittelystä on aiempaa kokemusta, tule mukaan vasta toisella kerralla! Kurssille otetaan mukaan oma tietokone.

## Kansalaisen digitaidot:

### 340104 Sosiaalinen media

**Yhteiskoulu, ti klo 17.30–20,  
24.–31.10.2017**

Kaisa Tasala (6 t)

Kurssimaksu 20 €

Tutustutaan Facebookin, Twitterin ja Instagramin käyttöön. Kurssilla voi käyttää yhteiskoulun tietokoneita.

### 340109 Sosiaalisen median muodot ja käyttö

**Kirjasto, ti klo 17.30–19, 7.11.2017**

Heikki Savola (2 t)

Miten sosiaalista mediaa voi käyttää työn tai markkinoinnin välineenä? Keskusteluun sosiaalisen median eri muotoihin ja hyödyntämiseen johdattaa Heikki Savola. Esittelyssä on myös kaupungin oma somereportteritoiminta. Tilaisuuteen on vapaa pääsy, eikä ennakkoilmoittautumista tarvita.

### 340110 Median lukutaito

**Kirjasto, ti klo 17.30–19, 13.2.2017**

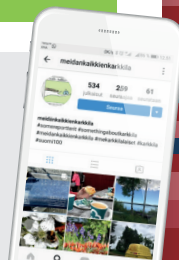
Heikki Savola (2 t)

Miten nykyaikaista mediaa luetaan, mitä on mediakritiikki? Keskusteluun median lukutaidosta ja sen merkityksestä johdattaa Heikki Savola. Tilaisuuteen on vapaa pääsy, eikä ennakkoilmoittautumista tarvita.

## Some-reportterit

Työväenopisto on tiiviisti mukana kehittämässä Karkkilan somereportteritoimintaa. Somereportterit ovat joukko karkkilalaista elämää kukin omalta kantiltaan kuvaavia ihmisiä. Somereportterien karkkilalaista kuvapäiväkirjaa pääsee seuraamaan Instagramissa ja Facebookissa @meidankaikkienkarkkila. **Kiinnostuitko? Ota yhteyttä: tyovaenopisto@karkkila.fi**

#somereportterit #somethingaboutkarkkila #meidankaikkienkarkkila #mekarkkilalaiset #karkkila #suomi100



## Kauneudenhoito

### 810220 Valmista itse luonnonkosmetiikkaa! (peruskurssi)

**Yhteiskoulu, la klo 10-14, 16.9.2017**

Maarit Salmi (5 t)

Kurssimaksu 18 €

Opi valmistamaan itse luonnonkosmetiikkaa! Pehdymme helppoon ja hauskaan kotikosmetiikan valmistukseen. Valmistamme ihania kosmetiikkatuotteita sekä ruokakaapin aineista että oikeista kosmetiikan raaka-aineista. Teemme mm. hoitavaa huulivoidetta ja jalkavoidetta yrteistä. Materiaalimaksu 15 € maksetaan opettajalle.

### 810221 Valmista itse luonnonkosmetiikkaa! (jatkokurssi A)

**Yhteiskoulu, la klo 10-14, 18.11.2017**

Maarit Salmi (5 t)

Kurssimaksu 18 €

Pehdymme luonnonkosmetiikan jatkokurssilla kasvien öljyuttoon. Valmistamme hoitavan ratamosalvan sekä opimme emulsiovoiteen tekemistä ja valmistamme ihanan kuohkeaa varalovoidetta. Kurssille voi osallistua vain, jos on käynyt luonnonkosmetiikan peruskurssin. Materiaalimaksu 15 € maksetaan opettajalle.

### 810222 Valmista itse luonnonkosmetiikkaa! (jatkokurssi B)

**Yhteiskoulu, la klo 10-14, 3.2.2018**

Maarit Salmi (5 t)

Kurssimaksu 18 €

Kurssilla valmistamme hoitavan kehäkukka-voiteen joka on kutisevan ihon pelastaja. Val-

mistamme myös kukkavettä sisältävän kosteusvoiteen. Kurssille voi osallistua vain, jos on käynyt luonnonkosmetiikan peruskurssin. Materiaalimaksu 15 € maksetaan opettajalle.

### 810223 Shampookurssi

**Yhteiskoulu, la klo 10-13.15, 24.3.2018**

Maarit Salmi (4 t)

Kurssimaksu 15 €

Kurssilla valmistetaan nestemäistä shampoota ja kevyttä hoitoainetta: riittoista ja vaahtoava shampoo pesee pienellä määrällä hiukset puhtaiksi. Hiuksista tulee helposti selvitettävät ja kiiltävät. Materiaalimaksu 15 € maksetaan opettajalle.

## Esittävä taide, sanataide ja kirjallisuus

### 110368 Nuorisoteatteri

**Nyhkälän koulu, la klo 14-15.30,**

**9.9.-25.11.2017, 13.1.-14.4.2018**

Lilia Rönkkö (48 t)

Kurssimaksu 50 €

Teatteri-ilmaisun ryhmä 3.-6.-luokkalaisille: leikkejä ja teatteriharjoitteita, haluttaessa lukuvuoden aikana valmistetaan myös näytelmä.

### 110370 Johdatus teatteri-improvisaatioon

**Nyhkälän koulu, la klo 11-15, 23.9.2017**

Mari Partanen (5 t)

Kurssimaksu 18 €

Kurssilla tutustutaan improvisaation perusasioihin helppojen harjoitteiden kautta. Improvisaatio perustuu kuunteluun, toisen huomioon ja hyväksyntään. Se on heittäytymistä ja hauskanpitoa, jonka avulla voi samalla kehittää vuorovaikutustaitojaan. Minkäänlaista aikaisempaa kokemusta ei tarvita, mukaan kannattaa ottaa rennot vaatteet, kokeilunhalua ja avointa mieltä.

### 110371 Improvisaatioteatterin jatkokurssi 1

**Nyhkälän koulu, su klo 10-16.30,**

**29.10. ja 5.11.2017**

Anna Ranta (16 t)

Kurssimaksu 38 €

Improvisaation intensiivikurssi jo aiemmin improvisaatioon tutustuneille. Kurssilla tutkitaan, kuinka kokoillan improvisoitu näytelmä syntyy, ja syvennytään harjoitteiden kautta

sen improvisaatiotekniikoihin ja dramaturgiaan. Kurssi muodostuu kahdesta erillisestä osasta (syksy ja kevät).

### 110371 Improvisaatioteatterin jatkokurssi 2

**Nyhkälän koulu, su klo 10-16.30,**

**28.1.-11.2.2017**

Anna Ranta (24 t)

Kurssimaksu 44 €

Improvisaation intensiivikurssi jo aiemmin improvisaatioon tutustuneille. Kurssilla tutkitaan, kuinka kokoillan improvisoitu näytelmä syntyy, ja syvennytään harjoitteiden kautta sen improvisaatiotekniikoihin ja dramaturgiaan. Kurssi muodostuu kahdesta erillisestä osasta (syksy ja kevät).

### 110370 Tutustuminen tarinateatteriin

**Nyhkälän koulu, la klo 10-13, su klo 10-13,**

**17.-18.3.2018**

Lilia Rönkkö (8 t)

Kurssimaksu 24 €

Tarinateatteri on improvisaatioon pohjautuvaa, vuorovaikutuksessa yleisön kanssa tehtävää ja tarinoiniin perustuvaa teatteria. Tutustumiskurssilla tutustutaan tarinateatterin tekniikoihin ja erilaisiin tarinoiniin. Kurssi sopii niin uusille improvisoijille kuin aikaisemmin improvisaatiota harrastaneille.

### 110374 Gabriel, tule takaisin!

**Karkkilasali, 27.8.-26.11.2017**

Katiana Chatta (60 t)

Kurssimaksu 50 €

Yhteistyössä Karkkilan Työväen Näyttämön kanssa valmistetaan syksyn aikana Mika Waltarin näytelmä Gabriel, tule takaisin. Näytelmänhanke kokoontuu Karkkilasalissa sekä opiston piirissä että teatterin omana toimintanaan. Kurssi alkaa jo elokuussa 2017.

### 110362 Luova kirjoittaminen

**Yhteiskoulu, ke klo 18-20,**

**20.9.-29.11.2017, 14.2.-11.4.2018**

Heikki Savola (30 t)

Kurssimaksu 48 €

Kurssilla tutustutaan luovan kirjoittamisen eri tyyleihin lyriikassa ja proosassa sekä tehdään kirjoitusharjoituksia. Opetuskerrat: 20.9., 4.10., 1.11., 15.11., 29.11., 14.2., 28.2., 14.3., 28.3., 11.4.



**138800 Karkkilalaisten**

**kirjojen äärellä**

**Opistotalo, to klo 18-19.30,**

**21.9.-17.11.2016, 8.2.-5.4.2018**

Milla Malmberg (8 t)

Keskustelu- ja kirjallisuuspiiri paikallisten teosten innoittamana. Ei ennakkoilmoittautumista. Vuoden aikana luetaan neljä erilaista juhlavuonna 2017 julkaistua kirjaa: 21.9. Meidän kaikkien Karkkila -antologia (Lukutoukka 2017), 17.11. Högforsin tehtaan konepajakoulu 1942-1977.1, 8.2. Fillaripäiväkirja (Lukutoukka 2017), 5.4. Karkkila - ihmisten kaupunki (Lukutoukka 2017)

## Kuvataide

### 139811 Löytöretkelle omaan itseän

Opistotalo, ma klo 18–20.30,  
11.9.–20.11.2017

Anne Siirtola (30 t)

Kurssimaksu 48 €

Työskentelyn lähtökohtana ovat omat sisäiset kuvat ja minän vahvistaminen. Aiempaa kokemusta kuvanteosta ei tarvita. Pohjautuu ekspressiivisen taideterapian metodeihin ja työskentely on moniaistista. Maalaamme, piirämme, kirjoitamme, muotoilemme ja teemme kuvakollaasia. Ota mukaan piirustusvälineet, vesivärit ja liidut. Pieni materiaalimaksu.

### 110302 Elävän mallin ja muotokuvan piirustus ja maalaus

Yhteiskoulu, ke klo 18–20.30,  
6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018

Anne Siirtola (72 t)

Kurssimaksu 84 €

Kurssilla tutkitaan muotokuvaa ja elävää mallia piirtäen ja maalaten erilaisin tekniikoin. Alkeis- ja jatkokurssi.

### 110303 Kuvataideryhmä

Opistotalo, ke klo 13–16.15,  
6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018

Anne Siirtola (96 t)

Kurssimaksu 84 €

Piirtämisen ja maalauksen perusteita sekä oman ilmaisan kehittämistä. Alkeis- ja jatkokurssi.

### 110304 Maisemamaalaus

Suvimaja, la klo 10–17, su klo 10–17,  
19.–20.5.2018

Anne Siirtola (16 t)

Kurssimaksu 38 €

Kurssilla keskitytään maiseman havainnointiin ja omaan ilmaisuun maalaamalla öljy-, akryylitai vesiväreillä. Mukaan maalausteline ja eväät.

### 110306 Kiinalainen maalaus ja kehystyskurssi

Opistotalo, la klo 12–18, su klo 12–18,  
16.9.–17.9.2017

Liuhuo Wang (14 t)

Kurssimaksu 36 €

Tutustutaan 3000 vuotta vanhaan kiinalaisen maalaustaiteen historiaan, filosofiaan sekä erilaisiin tekniikoihin. Opetellaan siveltimen, musteen sekä värien tekniikat, sekä liisterin valmistus ja kehystäminen. Materiaalimaksu n. 35–45 € sisältää siveltimen, musteen, paperin ja huovan. Opetuskielenä suomi ja englanti. Mukaan 4 kpl kannellisia lasipurkkeja, HB-kynä ja kumi. Alkeis- ja jatkokurssi.

### 110308 Kuvia kollaasitekniikalla

Opistotalo, pe klo 18–20.30, la klo 10–16,  
24.–25.11.2017

Anne Siirtola (10 t), kurssimaksu 28 €

Teemme kuvia/pintoja käyttäen kollaasi- eli decoupage-tekniikkaa leikaten, liimaten ja maalaten. Pohjamateriaalina ovat paperi, levy, esine (rasia, tarjotin). Voit tehdä myös hauskoja kortteja. Ota mukaan erilaisia kuvia, valokuvia, lehtileikkeitä, väripaperia, maalausvälineet. Lopputulos viimeistellään lakkaamalla.

### 110310 Kuvansiirto puupohjalle

Opistotalo, pe klo 18–20.30, la klo 10–16,  
12.–13.1.2018

Anne Siirtola (10 t), kurssimaksu 28 €

Valmistamme valokuvataulun puupohjalle itselle iloksi tai lahjaksi. Lähtökohtana on valokuva, kuva tai teksti, josta otetaan lasertuloste. Kuva siirretään puupohjalle nurinpäin, käyttäen

lakkaa musteen irrottamiseen ja kiinnittämiseen. Lopputulos on kaunis ja läpikuultava valokuvataulu. Materiaalimaksu. Ota mukaan hienosyinen puupohja, hienoa hiekkapaperia ja lasertulosteita.

### 110340 Kehitysvammaisten kuvataidepiiri A

Yhteiskoulu, ma klo 16.30–18,  
4.9.–27.11.2017, 8.1.–9.4.2018

Irene Lahti (48 t)

### 110342 Kehitysvammaisten kuvataidepiiri B

Yhteiskoulu, ma klo 18.15–19.45,  
4.9.–27.11.2017, 8.1.–9.4.2018

Irene Lahti (48 t), kurssimaksu 52 €  
Savitöitä, piirustusta, akvarelli- ja öljyvärimaalausta. Tarvikemaksu si 20 € ja kl 20 €. Kurssimaksussa on huomioitu opintotieläen.

KINO IGLU  
ELOKUVAKERHO  
Kino Iglun  
ELOKUVA  
FESTARIIT  
23.10. - 29.10.2017  
www.kinoiglu.fi

Suomi  
Finland  
100

© Juho Kuosmanen

Karkkila  
LUKEVA  
KARKKILAN  
TYÖVÄENOPISTO

### Tervetuloa OLOTILAAN

Nyhkälän koulun ruokalaan perjantaisin klo 15–17.30

8.9.–2.12.2017 (ei viikolla 42), 12.1.–13.4.2018 (ei viikolla 8, eikä 30.3.)

Vapaamuotoinen oleskelutila eri-ikäisille, kahvia ja pullaa pikkuhinnalla eri yhdistysten tarjoamana.

Yhdistykset huom: Haluatteko mukaan Olotilan järjestelyihin.

Ottakaa yhteyttä: tyovaenopisto@karkkia.fi tai puh. 044 767 49 34.



# Kädentaidot

## 110401 Posliininmaalaus A

**Opistotalo, klo ti 10–12.30,  
5.9.–28.11.2017, 9.1.–3.4.2018**  
Maarit Murtosalo (72 t)

## 110402 Posliininmaalaus B

**Opistotalo, ke klo 18–20.30,  
6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018**  
Maarit Murtosalo (72 t)  
Kurssimaksu 98 €

Alkeis- ja jatkoryhmä. Uudet ja vanhat teknikat. Maalataan vesiliukoisilla nesteillä, pintakoristeluaineet. Polttomaksu (14 €/lukukausi) sisältyy kurssimaksuun. Poltetaan vain kurssilla tehdyt työt.

## 110404 Savityöt A

**Opistotalo, to klo 10–12.30,  
7.9.–30.11.2017, 11.1.–5.4.2018**  
Irene Lahti (72 t)

## 110405 Savityöt B

**Opistotalo, to klo 18–20.30,  
7.9.–30.11.2017, 11.1.–5.4.2018**  
Irene Lahti (72 t)  
Kurssimaksu 98 €

Valmistetaan erilaisia savitöitä ja keraamisia veistoksia. Polttomaksu (14 e / lukukausi) sisältyy kurssimaksuun. Oppitunteihin sisältyy 5 tuntia / lukukausi töiden polttoa opetuksen ulkopuolella.

## 110406 Tuhkauurna savesta

**Opistotalo, la klo 10–14.15,  
su klo 10–14.15, 7.4.–8.4.2018**  
Irene Lahti (10 t)  
Kurssimaksu 28 €

Valmistetaan maatuva tuhkauurna savesta käsin rakentamalla tai dreijaamalla. Polttomaksu sisältyy kurssimaksuun.

## 110409 Lasi-, emalointi- ja hopeasavikurssi

**Opistotalo, la klo 10–13.15, su klo 13–16.15, 9.9.–29.10.2017, 21.1.–4.3.2018**  
Irene Lahti (32 t)  
Kurssimaksu 55 €

Tehdään erilaisia esineitä uusio- ja sulatuslasista uunissa sulattaen sekä valmistetaan emalointi- ja hopeasavitöitä. Opetus lauantaisin klo 10–13.15: 9.9., 28.10, 20.1., 3.3. Opetus sunnuntaisin klo 13–16.15: 10.9., 29.10., 20.1., 4.3.

## 110411 Tiffanykurssi

**Yhteiskoulu, ma klo 18–20.30,  
4.9.–27.11.2017, 8.1.–9.4.2018**  
Tuija Teivonen (72 t)  
Kurssimaksu 74 €

Kurssilla opiskellaan Tiffany- ja lyijylasitekniikkaa. Alkeis- ja jatkokurssi.

## 110415 Kudonta A

**Opistotalo, ma klo 13–16.15,  
4.9.–27.11.2017, 8.1.–23.4.2018**  
Leena Pitkäpaasi (104 t)

## 110416 Kudonta B

**Opistotalo, ti klo 18–21.15,  
5.9.–28.11.2017, 9.1.–17.4.2018**  
Leena Pitkäpaasi (104 t)  
Kurssimaksu 88 €

Kankaankudonnan jatkokurssi kudonnan hallitseville.

## 110417 Päiväkäsityökurssi A

**Opistotalo, ti klo 15–17.30,  
5.9.–28.11.2017, 9.1.–10.4.2018**  
Leena Pitkäpaasi (75 t)

## 110418 Päiväkäsityökurssi B

**Opistotalo, ke klo 10–12.30,  
6.9.–29.11.2017, 10.1.–11.4.2018**  
Leena Pitkäpaasi (75 t)  
Kurssimaksu 72 €

Kirjonnan alkeis- ja jatkokurssi. Kirjotaan mm. käsipaikkoja, villa-, hardanger-, helmi-, vapaa- muot. kirjontaa. Valmistetaan myös erilaisia paperinarutöitä, mm. valokransseja.

## 110419 Kirjonta

**Opistotalo, ma klo 18–20.30,  
11.9.–20.11.2017, 15.1.–23.4.2018,  
joka toinen viikko**  
Leena Pitkäpaasi (42 t)  
Kurssimaksu 54 €

Kirjonnan alkeis- ja jatkokurssi. Esim. villa-, helmi- ja hardangerkirjontaa, käsipaikkoja. Erilaisia paperinaru-valotöitä. Kurssipäivät syysk: 11.9., 25.9., 9.10., 23.10., 6.11., 20.11. Kevät: 15.1., 29.1., 12.2., 26.2., 12.3., 26.3., 9.4., 23.4.

## 110420 Nypläys

**Yhteiskoulu, ke klo 18–20.30,  
6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018**  
Satu Ruokamo (72 t)  
Kurssimaksu 74 €  
Pitsinnypläyksen alkeis- ja jatkokurssi.

## 110422 Perinneneuleita

**Opistotalo, to klo 18–20.30,  
28.9.–23.11.2017**  
Satu Ruokamo (15 t)  
Kurssimaksu 36 €

Opetellaan vikkelit, kontit ja rokokkaat sekä muutama muu perinteinen neuletekniikka sukkaa ja lapasia neuloen. Ota mukaan villalankoja ja sukka- tai pyöröpuikot. Kurssipäivät: 28.9., 12.10., 26.10, 9.11. ja 23.11.

## 110423 Pitsineuleita

**Opistotalo, to klo 18–20.30,**

**18.1.–15.3.2018**

Satu Ruokamo (15 t)  
Kurssimaksu 36 €

Opitaan neulomaan pitsineuleita ja tutustutaan neulomistekniikoihin. Valmistetaan huiveja, pipoja, sukkaa tai muuta vastaavaa. Mukaan villalankaa ja puikot. Kurssipäivät: 18.1., 1.2., 15.2., 1.3. ja 15.3.

## 110424 Vaateompelu

**Opistotalo, ke klo 18–20.30,  
6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018**  
Brita Etolin (72 t)  
Kurssimaksu 74 €

Ompelun alkeis- ja jatkokurssi. Valmistetaan erilaisia vaatteita, korjataan ja tuunataan vanhaa sopivaksi. Oman saumurin tai ompelukoneen voi halutessaan tuoda kurssille.

## 110425 Ompelupysäkki

**Opistotalo, la klo 10–15, 4.11.2017,  
17.3.2018**  
Brita Etolin (6+6 t)

Omatoimista vaateompelua. Oman koneen voi halutessaan ottaa mukaan. Opettajalta saa tarvittaessa ohjausta, teetä ja kahvia tarjolla. Opetuspäivät la 4.11. ja la 17.3. Käteismaksu 10 €/päivä.

## 110426 Tilkkutyön ideailta

**Opistotalo, to klo 18–20.30,  
14.9.–7.12.2017, 11.1.–8.3.2018**  
Satu Ruokamo (18 t)  
Kurssimaksu 40 €

Opetellaan erilaisia tilkkutyömalleja-, blokkeja ja -tekniikoita sekä työvälineiden käyttöä. Voit lopuksi koota blokeista tyydyn, kaitaliinan, peiton, laukun tms. Kurssipäivät syksyllä: 14.9., 16.11. ja 7.12. Keväällä 11.1., 8.2. ja 8.3.

## 110428 Kehyskukkarokurssi

**Opistotalo, ma klo 18–18.45, la klo 10–17,  
su klo 10–17, 2.10.–12.11.2017**  
Leena Pitkäpaasi (17 t)  
Kurssimaksu 38 €

Valmistetaan sisätaskullisia, kehyslukollisia kukkaroita ja pikkulaukkuja uusiomateriaaleista. Info ma 2.10. klo 18–18.45. Opetus la 11. ja su 12.11. klo 10–17.

## 110429 Ommellaan karkkipaperista

**Opistotalo, ma klo 18–19.30, la klo 10–17,  
4.9.–30.9.2017**  
Leena Pitkäpaasi (18 t)  
Kurssimaksu 40 €

Ommellaan ompelukoneella karkkipapereista pieniä hyödyllisiä pussukoita, koteloita, laukkuja. Info ma 4.9. klo 18–19.30, opetus la 23.9. ja 30.9. klo 10–17.

### 110430 Uusiotuotekurssi

**Opistotalo, ke klo 17.45–21, 20.9.–29.11.2017, 17.1.–4.4.2018**

Leena Pitkäpaasi (32 t)

Kurssimaksu 50 €

Valmistetaan erilaisia tuotteita jo kertaalleen käytetystä tavarasta. Kurssi kokoontuu keran kuussa, joka kerralla uusi aihe. Kurssille voi osallistua myös yksittäisinä kertoina (käteismaksu 10 €). Opetus 20.9., 4.10., 1.11., 29.11., 17.1., 28.2., 14.3., 4.4.

### 110431 Nukkekodin pienesineitä

**Opistotalo, la klo 10–15, su klo 10–15, 2.12.–3.12.2017, 21.4.–22.4.2018**

Maria Malmström (24 t)

Kurssimaksu 44 €

Valmistetaan nukkekodin pienesineitä mitataavassa 1:12. nukkekoti Väinölän kirjojen mukaan. Alkeiskurssi. Tarvikelista lähetetään ilmoittautuneille erikseen, opettaja tuo osan materiaaleista. Opetuskerrat ja aiheet: 2.12 Reput, laukut; 3.12. Valaisimet; 21.4.Mekkoja ja vaatteita; 22.4. Jalkineita.

### 110432 Halkokori kahvipusseista

**Opistotalo, ma klo 18–20.30, la klo 10–16, 5.2.–24.3.2018**

Taina Mahkonen (17 t)

Kurssimaksu 38 €

Valmistetaan halkokori kahvipusseista hakanauhatekniikalla. Mukaan kahvipussi (älä avaa), paperiveitsi, tai -leikkuri, viivotin, sakset, kynä, tylppäkärkinen neula. Kurssipäivät ma 5.2. klo 18–20.30, la 10.3. ja 24.3. klo 10–16.

### 110433 Kahvipussijoutsen

**Opistotalo, ma klo 18–20.30, la klo 10–16, 18.9.–14.10.2017**

Taina Mahkonen (10 t)

Kurssimaksu 28 €

Valmistetaan kahvipusseista taittelemalla n. 25 cm korkea koristejoutsen tai kaksi joutsenta yhdessä. Joutsenia voi käyttää kukkapurkkiina, karkkiastian tms. Mukaan kurssille sakset tai paperileikkuri, viivotin, kynä, Erikeeperiä, lasipäisiä nuppineuloja, styrox-alusta 30x30 cm. Opetus ma 18.9. klo 18–20.30, opetus la 14.10. klo 10–16.

### 110434 Kahvipussipalloja ja -sydämiä joulukoristeiksi

**Opistotalo, la klo 10–16, 18.11.2017**

Taina Mahkonen (7 t)

Kurssimaksu 22 €

Punotaan kahvipusseista palloja ja sydämiä joulukoristeiksi esim. jouluvaihtoihin. Ota mukaan kahvipusseja, teippiä(katkokela), paperiveitsi tai -leikkuri, kynä, sakset, viivoitin.

### 110435 Sydänkori kahvipusseista

**Opistotalo, ma klo 18–20.30,**

**la klo 10–15, su klo 10–15, 27.11.2017, 27.1.–28.1.2018**

Leena Pitkäpaasi (15 t)

Kurssimaksu 36 €

Valmistetaan kahvipusseista sydämen mallinen kori hakanauhatekniikalla. Opetuskerrat: ma 27.11 klo 18–20.30, la-su 27.–28.1. klo 10–15.

### 110436 Valmistetaan juomatölkkien avaajista

**Opistotalo, ke klo 18–20.30,**

**13.9.–22.11.2017, 10.1.–14.3.2018**

Leena Pitkäpaasi (30 t)

Kurssimaksu 48 €

Alkeis- ja jatkokurssi, jolla valmistetaan erilaisia töitä juomatölkkien avaajista, jokaiselle jotain uutta! Mukaan paljon avaajia, virkkuukoukkuja, lankaa. Opetus 13.9., 27.9., 11.10., 25.10., 8.11., 22.11., 10.1., 24.1., 7.2. ja 14.2.

### 110444 Neulahuovutus

**Opistotalo, ma klo 10–13.15,**

**18.9.–27.11.2017, 8.1.–19.3.2018**

Tarja Pitkänen (80 t)

Kurssimaksu 75 €

Opitaan neulahuovutuksen tekniikat, joilla tehdään mm. koruja, asusteita ja esineitä. Materiaalien yhteistilaus. Alkeis- ja jatkokurssi.

### 110450 Rasiakurssi

**Opistotalo, ma klo 18–20.30, la klo 10–17, 22.1.–3.2.2018**

Leena Pitkäpaasi (11 t)

Kurssimaksu 30 €

Valmistetaan kankaalla päällystetty 8-kulmainen pehmustettu kangasrasia. Mukaan: kangasta, ompelulankoja, kartonkipahvia, sakset. Info ma 22.1. klo 18–20.30, opetus la 3.2. klo 10–17.

### 110460 Puutyöt

**Nyhkälän koulu, ma klo 18–21.15,**

**4.9.–27.11.2017, 8.1.–9.4.2018**

Eero Örnmark (96 t)

Kurssimaksu 84 €

Valmistetaan erilaisia käyttö- ja koriste-esineitä. Ryhmä kokoontuu Tuorilan koulun puutyöluokassa Nyhkälän koulun puutyöluokan käyttöönottoon asti.

### 110461 Puun koristeveisto

**Nyhkälän koulu, ke klo 18–20.30,**

**6.9.–29.11.2017, 10.1.–4.4.2018**

Jari Frosterus (72 t)

Kurssimaksu 74 €

Valmistetaan puureliefejä, puukoruja, koristellaan erilaisia puutöitä puuleikkausmenetelmillä. Opetellaan työvälineiden oikea käyttö ja kunnostus. Ryhmä kokoontuu Tuorilan koulun puutyöluokassa Nyhkälän koulun puutyöluokan käyttöönottoon asti.

### 110465 Huonekalujen verhoilu

**Opistotalo, ti klo 18–20.30,**

**5.9.–28.11.2017, 9.1.–3.4.2018**

Jari Vaittinen (72 t)

Kurssimaksu 74 €

Entisöidään ja verhoillaan oma huonekalu. Alkeis- ja jatkokurssi.

### 110466 Huonekalujen ja esineiden entisöintikurssi

**Nyhkälän koulu, to klo 18–20.30,**

**7.9.–30.11.2017, 11.1.–5.4.2018**

Kimmo Oksanen (72 t)

Kurssimaksu 74 €

Opetellaan entisöintimenetelmiä ja entisöidään perinteisin menetelmin eli vain käsityökaluja käyttäen oma esine tai huonekalu, kuten puinen tuoli, lipasto, pieni pöytä. Alkeis- ja jatkokurssi.

### 110490 Hopeatyön ja kivenhionnan kurssi

**Högforsin päiväkot, ma klo 18–20.30,**

**4.9.–27.11.2017, 8.1.–9.4.2018**

Ari Vuorela (72 t)

Kurssimaksu 74 €

Hopeaketjujen valmistusta, kivenhiontaa, kivien istutusta ja hopeakorujen kehystystä. Alkeis- ja jatkokurssi. Tarvikemaksu 10 €.

### 999918 Retki Nummelaan pe klo 9.30–14.30, 15.9.2017

Leena Pitkäpaasi (5 t)

Kurssimaksu 20 €

Tutustumme Nummelassa Martela-kalusteiden kokoonpano- ja logistiikka-keskukseen sekä Globe Hope Factoryyn, joka valmistaa uusiotuotteina vaatteita, laukkuja yms. Lähtö opistolta klo 9.30, paluu klo 14.30.

### 999913 Retki Tampereen kädentaidot -messuille su klo 9–18, 19.11.2017

Leena Pitkäpaasi (8 t)

Kurssimaksu 50 €

Lähtö retkelle opistotalolta klo 9, tulkaisiin Karkkilassa klo 18. Messuilla on aikaa 5 tuntia uusien tuotteiden, palveluiden, materiaalien, ideoiden, näyttelyiden, työpajojen ja muotinäytösten katsomiseen. Samassa yhteydessä nukkekotimessut. Messuilla on kahvioita ja ravintoloita, mutta omat eväät voi myös ottaa mukaan.

### 110491 Hopeaketju- ja hopeatyökurssi

Högforsin päiväkoti, la klo 10–17,  
su klo 10–17, 10.2.–18.2.2018

Ari Vuorela (32 t)  
Kurssimaksu 50 €

Valmistetaan esim. viikinkiketjuja, hopeakoruja, sormuksia, kivenistutuksia. Työvälinemaksu, materiaalmaksu hopeasta. Opetus 10.–11.2 ja 17.–18.2.

### 110493 Valohimmeli

Opistotalo, su klo 10–14, 1.10.2017

Leena Pitkäpaasi (5 t)  
Kurssimaksu 18 €

Kurssilla valmistetaan läpinäkyvästä muoviputkesta 40–60 cm korkeita himmeleitä joihin pujotetaan kynttilät sisään. Himmeli on tarkoitettu ulkokäyttöön. Himmelit valmistetaan valmiista tarvikepaketeista (n. 60–70 €), niitä on kolme eri mallia. Opettaja ottaa yhteyden kurssilaisiin tarvikepakettien tilauksesta.

## Tervetuloa viettämään työhyvinvointipäivää työväenopistoon!

Voit valita valmiista esimerkkivaihtoehdoista mieleisesi tai voimme suunnitella yhdessä toiveidenne mukaisen kokonaisuuden.

1. Perinnepäivä Karkkilassa
2. Virkistävä liikuntapäivä
3. Käsityöpajat

Hinta 50 €/hlö (sis. ohjelma, lounas, kahvi), alv. 0%. Ryhmäkoko 8–30 henkilöä.  
Kysy lisää: työväenopisto@karkkila.fi tai puh. 044 767 49 34.

Tiesitkö, että Karkkilan työväenopistolta voi myös ostaa kursseja esimerkiksi työyhteisöille. Ota yhteyttä!

## Kotitalous

### 810201 Hygieniaoppi

Yhteiskoulu, ti klo 17.30–20.45,  
20.3.–27.3.2018

Raija Susi (8 t)  
Kurssimaksu 40 €

Hygieniaoppi vaaditaan kaikilta pakkaamattomia ja helposti pilaantuvia elintarvikkeita käsitteleviltä henkilöiltä. Kurssilla kerrataan elintarvikehygienian perusasioita ja suoritetaan hygieniaosaamistesti. Tietoa hygieniaosaamistestistä on saatavilla osoitteesta www.hygios.fi. ja etukäteen suosittelemme tutustumista kurssin oppimateriaaliin osoitteesta www.lupakokata.fi. Testitulanteesta on todistettava henkilöllisyys, joten ota henkilöllisyystodistus mukaan. Testin hyväksytysti läpäisyyt saa henkilökohtaisen hygieniaosaamistodistuksen.

### 810230 Tehdään hapankaalia

Opistotalo, la klo 11–15, 23.9.–23.9.2017

Mirja Kärkäs ja Leena Pitkäpaasi (5 t)

Kurssimaksu 18 €

Valmistetaan hapankaalia talveksi. Mukaan kurssille 10 l ämpäri ja kansi, 8 kg talvikaalia, 1 dl karkeaa merisuolaa, 1–2 porkkanaa, 1 omena, puinen puuronuija, leikkuuveitsi. Tekemisen ohessa syödään kaalikeittoa ja perehdytään hapankaalin terveysvaikutteisiin.

### 810235 Suppilovahverot pikkelsiksi

Opistotalo, la klo 10–14, 7.10.2017

Mirja Kärkäs, Leena Pitkäpaasi (5 t)

Kurssimaksu 18 €

Valmistetaan suppilovahveropikkelsiä talveksi. Keskustellaan sienistä ja vaihdetaan sienireseptejä. Tarvikelista ilmoitetaan erikseen.

### 810238 Leivotaan vegaanipullaa

Yhteiskoulu, la klo 10–13.15, 17.3.2018

Leena Pitkäpaasi (4 t)

Kurssimaksu 15 €

Opetellaan leipomaan pullaa ilman eläinkunnan tuotteita. Pulla on laktoositon ja sopii vegaaneille. Ilmoittautuneille lähetetään tarvikeluettelo.

### 810239 Voileipäkakkukurssi

Käsityökahvila, la klo 14–17, 24.3.2018

Tuula Gröhn (4 t)

Kurssimaksu 30 €

Kurssilla valmistetaan yhdessä savuporvoileipäkakkua, ja tutustutaan myös muunlaisien kakkujen resepteihin ja valmistukseen. Ilmoitathan mahdolliset erikoisruokavaliot etukäteen (huom. kurssisisältö sovelletaan tarvittaessa sopivaksi myös kasvissyöjille). Kurssimaksu sisältää myös kurssilla tarvittavat materiaalit – varaa mukaasi siis vain esiliina! Kurssi pidetään Käsityökahvilan tiloissa (Huhdintie 10–12).



KANSALAI SOPISTOT.FI



Karkkilan työväenopisto jalkautuu ympäri kaupunkia! Lukuvuoden aikana on luvassa 4–5 pop up -tapahtumaa.

Seuraa tiedotusta ja tule mukaan!