

# RANUAN KANSALAIPOISTO



OPINTO-OPAS 2022-2023

# Kansalaisopisto

– yhdessä onnistumista, oppimisen iloa ja ihmisarvon kunnioitusta

Nyt jos koskaan tarvitsemme yhdessä luomista, yhdessä onnistumista, yhdessä kokemista ja yhdessä keskustelua meneillään olevista syvällisistäkin muutoksista. Tarvitsemme ympäristöjä, joissa voimme toimia turvallisien mielin. Tarvitsemme paikkoja, joissa koemme itsemme tervetulleeksi, hyväksytyksi ja arvostetuksi juuri sellaisina kuin olemme. Kansalaisopisto vapaan sivistystyön oppilaitoksena on tällainen kaikille avoin paikka.

Tervetuloa kansalaisopistoomme kokemaan oppimisen iloa, oppimaan uusia tietoja ja taitoja sekä vahvistamaan hyvinvointiasi eri osa-alueita!

Kansalaisopiston opintoja voidaan hyödyntää muissa oppilaitoksissa aiempaa paremmin. Osaamisperusteisuus mahdollistaa sen. Kurseistamme on osaamisperusteisesti kuvattu ompelukurssi, italian ja suomen kielen kurssit sekä osa musiikin kurseista. Kansalaisopiston osaamisperusteiset kurssikuvaukset viedään ePerusteet- ja Koski-palveluun, mikä helpottaa kansalaisopistossa hankitun osaamisen tunnistamista ja tunnustamista muualla.

Lukuvuosi 2022-2023 käynnistyy lasten ja nuorten tarjonnalla. Mukana ovat Liikkuva Iltapäivä, Ranua harrastaa (Suomen harrastamisen malli peruskouluikäisille) ja musiikin opinnot 29.8.2022 alkaen. Varsinainen opiston toimintavuosi käynnistyy 12.9.2022. Koulutuksessa painottuvat terveyttä ja hyvinvointia edistävät aineet, taito- ja taideaineet sekä kielet ja yhteiskunnalliset aineet. Mikäli tarjonnassamme on aukkoja, ole rohkeasti yhteydessä toimistoomme. Uusina kursseina Ranualla on mm. saamen kielen alkeiskurssi ja alkeis-/jatkokurssi, karvalakkikurssi ja tankotanssi.

Lukuvuonna 2022-2023 haastamme ranualaiset paikallishistorian tallentamiseen Topoteekkiin. Se on yhteisöllinen kuvapankki, johon voidaan tallentaa historiallisesti kiinnostavia kuvia, negatiiveja, lehtileikkeitä, videoita ja ääntä. Näin saadaan kotiseutuaineistot talteen ja esille verkkoon Topoteekki-verkkotyökälulla. Digitointipäivät ja ohjeet löydät opinto-oppaastamme.

Toivolan tilat ovat palautuneet kansalaisopistomme käyttöön. Sisustus-suunnittelija Marjo Saarinen on suunnitellut Toivolan koulun pintaremontin. Työpajan nuoret ovat olleet toteuttamassa remonttia. Tervetuloa perjantaina 2.9.2022 avointen ovien päivänä katsomaan työn tulosta!

Ranuan kansalaisopisto toimii yhteistyössä Lapin Opistopiirin ja Koillismaan opistojen kanssa. Toimintamme laadun ja pitkäjänteisen kehittämisen kannalta on merkityksellistä, että Koillisopistoilla on nyt yhteinen opetussuunnitelma. Koillisopistojen kanssa tehdään yhteisiä teatteri- ja opintomatkoja sekä verkko-kursseja esimerkiksi Matalan kynnyksen runokurssi, Kansainvälinen kulttuuri-viikko marraskuussa ja Kestävän elämäntavan teemaviikko syyskuussa.

Tarkemmat kuvaukset kurssien tavoitteista löytyvät kunkin kurssin toteutus-suunnitelmasta, Ranuan osalta tästä opinto-oppaasta.

Toivotan koko henkilöstömme puolesta kaikille opiskelijoille oppimisen iloa tulevaan lukuvuoteen!

Kansalaisopiston toimiston löydätte os. Keskustie 11. Olemme avoinna ma-pe klo 9-11 ja 12 – 15.

Juha Siitonen  
Kansalaisopiston rehtori, sivistystoimenjohtaja

## Toimisto ja työntekijät

Keskustie 11, 97700 RANUA, puh. 040 761 5715

rehtori Juha Siitonen, puh. 040 544 5150, etunimi.sukunimi@ranua.fi

kurssisuunnittelija Anitta Jaakola, puh. 0400 176 792, etunimi.sukunimi@ranua.fi

toimistos sihteeri Sirpa Pyykkö, puh. 040 761 5715, etunimi.sukunimi@ranua.fi

musiikinopettaja, puh. 040 752 2371, etunimi.sukunimi@ranua.fi

## Lukuvuosi 2022-2023

### Ilmoittautumiset alkaa ma 4.7.2022 klo 18.00

Opiston toiminta koko laajuudessaan alkaa (vko 37) 12.9.2022

Syyslukukausi: 29.8-11.12.2022, syysloma vko 42 (17.10-23.10)

Kevätlukukausi 9.1-23.4.2023, hiihtoloma vko 10 (6.3-12.3)

### Syyskauden lopussa konserttisarja

Kerkkä ke 30.11 klo 18.00

Toivola pe 9.12 klo 18.00

Sisu ma 5.12 klo 13.45

Rantakoti to 8.12 klo 15.00

### Kevätkauden lopussa kevätkonsertti

Kerkkä 26.4 klo 18.00

## Ilmoittautuminen

Opintoryhmiin ilmoittautuminen alkaa ma 4.7. klo 18.00. Ilmoittautua voi netissä (<https://uusi.opistopalvelut.fi/ranua>), puhelimitse tai käymällä toimistossa 9.8. klo 9.00 alkaen. Toimistoon sisäänkäynti päiväkodin portin kautta.

Muista ilmoittautua ennakkoon, jos ryhmän kohdalla on siitä maininta. Ryhmä alkaa vain, jos ennakoilmoittautuneita on riittävästi. Ilmoittautuminen suoritetaan viimeistään viikkoa ennen ko. kurssin alkua.

Musiikin yksityisopetuskursseille ilmoittaudutaan opiston toimistoon puhelimitse. Otamme opiskelijat ryhmiin ilmoittautumisjärjestyksessä. Musiikkiryhmissä opiskelijan tulee ilmoittaa poissaolosta opettajalle. Kolmen kerran ilmoittamattomasta poissaolosta menetetään opiskelupaikka kursseista joille jonotetaan.

Lapset (alle 15 v.) voivat käydä kaksi kertaa tutustumassa maksuttomasti kurssille. Kolmas osallistumiskerta katsotaan kurssille osallistumiseksi, jonka jälkeen toimitetaan kurssimaksu. Aikuiset voivat tutustua maksuttomasti yhden kerran haluamalleen kurssille.

## Materiaalimaksu

Kursseilla käytettävät materiaalit eivät sisälly kurssimaksuun ellei toisin ole ilmoitettu.

## Opintomaksut

|                     |      |
|---------------------|------|
| Opintoryhmä 0-10 h  | 20 € |
| Opintoryhmä 11-20 h | 25 € |
| Opintoryhmä 21-30 h | 35 € |
| Opintoryhmä 31-40 h | 45 € |

|                                       |      |
|---------------------------------------|------|
| Opintoryhmä 41-50 h                   | 50 € |
| Opintoryhmä yli 50 h                  | 60 € |
| Ikäihmisten kuntosali                 | 70 € |
| Erityiskurssit hinnoitellaan erikseen |      |

### Soitinopintojen kurssimaksut:

|                                      |
|--------------------------------------|
| 20 min (piano) 40 €                  |
| 30 min (kitara, huilu, kantele) 45 € |
| 45 min (viulu, haitari) 50 €         |

|                                           |
|-------------------------------------------|
| Kantele-, piano- ja                       |
| haitarimuskarit 45 € (2oppilasta/45 min), |
| orkesteri 40 € (75 min)                   |

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.

## Aktiivisuuskortti

Osallistuminen useampaan ryhmään eli ns. **aktiivisuuskortti** maksaa alle 16v. 60 € ja yli 16v. 100 €. **Aktiivisuuskortti ei käy lyhytkursseille** (enintään 20 oppituntia) eikä kursseille, joissa erikseen maininta "ei aktiivisuuskortilla". Aktiivisuuskorttiin ei myönnetä opintoseteliavustusta.

## Vuorotyöläisen harrastuspassi

Vuorotyötä tekevällä opiskelijalla on mahdollisuus hankkia itselleen harrastuspassi, joka oikeuttaa käymään vapaavalintaisesti 10 kertaa kansalaisopiston normaaleilla kursseilla, lukuun ottamatta lyhytkursseja. Harrastuspassin hinta on 30 € ja sen voi tilata puhelimitse numerosta 040 761 5715. Asiakkaalle lähetetään harrastuspassista lasku. Harrastuspassi on voimassa lukuvuoden ja se on henkilökohtainen. Todistus vuorotyöstä on esitettävä passin oston yhteydessä. Merkitse ilmoittautumislomakkeeseen, mikäli sinulla on harrastuspassi.

## ePassi

ePassilla voi maksaa ilmoittamalla toimistoon oman ePassille ilmoittamansa puhelinnumeron, jolloin toimiston kautta veloitetaan ePassilta kurssimaksu tai aktiivisuuskortti.

## Opintoseteli työttömille, senioriväestölle, maahanmuuttajille ja alhaisen pohjakoulutuksen omaaville

Opetusministeriön valtionavustus (opintoseteli) mahdollistaa alennukset (20 €/hlö) seuraaville ryhmillä: työttömät, eläkkeellä olevat ja senioriväestö, alhaisen pohjakoulutuksen omaavat, oppimisvaikeuksia kokevat, peruskoulun päättäneet ja maahanmuuttajat.

Aktiivisuuskorttiin ei myönnetä opintoseteliavustusta. Opintoseteliavustuksia myönnetään niin kauan kuin määrärahaa riittää.

## Taiteen perusopetus

Taiteen perusopetus (TPO) on koulun ulkopuolista, ensisijaisesti lapsille ja nuorille tarkoitettua taidekasvatusta. Eri taiteenaloilla annettava taiteen perusopetus etenee tavoitteellisesti tasolta toiselle ja antaa oppilaalle valmiuksia ilmaista itseään. Opetukseen osallistuvilta oppilailta voidaan periä kohtuullisia maksuja, joista päättävät koulutuksen järjestäjät.

Opetus noudattaa koulutuksen järjestäjän hyväksymiä opetussuunnitelmia, jotka perustuvat Opetushallituksen päättämiin opetussuunnitelman perusteisiin. Taiteen perusopetuksen oppimäärät ovat yleinen oppimäärä (500 h) ja laaja oppimäärä (1200 h, jota tarjoaa esim. musiikkiopisto).

Ranuan hyvinvointilautakunta on viimeksi vahvistanut 30.10.2018 § 32 yleisen oppimäärän mukaisen opetussuunnitelman musiikin opetuksessa otettavaksi käyttöön.

## Todistukset

Kurssin suoritettuaan opiskelija saa maksutta todistuksen sitä pyytäessään. Mikäli opiskelija haluaa todistuksen myöhemmin tai aikaisemmista suorittamistaan kansalaisopiston kursseista, todistuksen hinta on 10 €.

## Opintoryhmän koko

Alkavan opintoryhmän vähimmäiskoko on kirkonkylän ryhmissä pääsääntöisesti seitsemän ja sivukyliä ryhmissä viisi opiskelijaa mikäli kurssin kohdalla ei ole toisin mainittu.

## Tiedottaminen

Kursseista, jotka eivät ole tässä opinto-oppaassa, ilmoitamme paikallislehti Kuriirissa, Ranuan kansalaisopiston nettisivuilla ja facebook-sivulla. Kurssiohjelma löytyy myös Ranuan kunnan kotisivuilta.

<https://www.ranua.fi/Kirjasto-Liikunta-Nuoret/Kansalaisopisto>

## Tentin valvonta

Opisto valvoo esim. avoimen yliopiston, ammattikorkean tenttejä. Ota hyvissä ajoin yhteyttä puh. 040-7615715 tentin järjestämiseksi. Hinta 20 e/tentti.

# SISÄLTÖ

|                                    |    |    |
|------------------------------------|----|----|
| Historia ja yhteiskunta.....       | 8  |    |
| Kirjallisuus.....                  | 10 |    |
| Musiikki.....                      | 11 |    |
| Kielet.....                        | 16 |    |
| Tietotekniikka.....                | 18 |    |
| Taideaineet.....                   | 18 |    |
| Käden taidot.....                  | 19 |    |
| Metsästys.....                     | 23 |    |
| Esittävä tanssi.....               | 24 |    |
| Terveys ja liikunta.....           | 28 |    |
| Kotitalous.....                    | 34 |    |
| Muut kurssit.....                  | 35 |    |
| Sivukylät                          |    |    |
| Kuha.....                          | 37 |    |
| Kuukasjärvi.....                   | 37 |    |
| RANUAN KUNNAN PUHELINLUETTELO..... |    | 38 |

**Huom.**  
**ilmoittautumiset**  
**4.7.2022**  
**klo 18.00 alkaen**

# HISTORIA JA YHTEISKUNTA

## 130103 Puuhapirtin raatiryhmä

Toivola, Väinämöinen  
Sointu Lohi  
Tunteja 10 sl, 12 kl  
Kurssimaksu: 35,00 €

Jtvko Ma 15.00–16.30  
26.9.–28.11.2022  
9.1.–3.4.2023

## 130105 Topoteekki – yhteisöllinen kuvapankki

Monkkari 2.0  
Anitta Jaakola  
Tunteja 24 kl  
Ei kurssimaksua

Ma 12.00–14.30  
26.9.2022–27.3.2023

Topoteekki on käyttöliittymä, jonka kautta paikalliset toimijat tai vaikka tietystä historian teemasta (esim. sotahistoria tai hautausmaat) kiinnostuneet voivat esittää kuvia, videoita tai ääntä ja halutessaan myös saattaa sen käyttäjien ladattavaksi. Aineistojen digitointi tapahtuu etupäässä ihmisten kotiarkistoista, mutta mukaan voidaan ottaa myös museoiden ja arkistojen aineistoa. Tekijänoikeus- ja henkilörekisterisystä digitoinnissa suositaan sota-aikaista tai sitä vanhempaa aineistoa, mutta mikäli ongelmia ei ole, myös uudemmat aineistot soveltuvat topoteekkiin. Digitaaliset tiedostot tallennetaan topoteekki-alustalle sekä tarvittaessa osallistuvan tahon omalle tallennusvälineelle. Aineiston luovuttanut omistaja päättää aineistonsa käyttöoikeudesta. Hän voi joko pidättää kaikki oikeudet aineistoon (yleisöllä vain katselu-oikeus) tai antaa sille Creative Commons -lisenssin. Tällöin topoteekista voi tiettyjen käyttöehtojen puitteissa ladata aineistoa esimerkiksi kirja- tai kotisivukäyttöön. Topoteekki voidaan aukaista yleisölle siinä vaiheessa, kun 100 kuvaa on tallennettuna. Ranuan 105 -juhla-vuotena, 2022, Topoteekki tuo arvokkaan lisän oman kotiseudun paikallishistoriaan. Näin saadaan kotiseutuaineistot talteen ja esille verkkoon Topoteekki-verkkotyökä-lulla. Tiedustelut kylillä vierailuista kansalaisopiston toimistolle tai Anitta Jaakolalle. Digitointipäivät maanantaisin 26.9.2022, 24.10.2022, 28.11.2022, 30.1.2023, 27.2.2023 ja 27.3.2023. klo 12.00 – 14.30.

## 130106 Tappauksia Ranuan historiatapahtuma VI

Salmilehto  
Ville Impiö  
Tunteja 4 kl  
Ei kurssimaksua

Pe 11.00–14.00  
7.7.2023

## 130107 Petäjäjärven kylähistoriapiiri

Toimipaikka avoin  
Hilkka Kivilahti ja Tuula Mustonen  
Tunteja 10 sl, 12 kl  
Ei kurssimaksua

Jtvko Ma 10.00–11.30  
19.9.–28.11.2022  
16.1.–17.4.2023

Kurssilla perehdytään historiallisen tiedon erityispiirteisiin, erilaisiin tapoihin haastella ihmisiä sekä aineiston dokumentointiin.

### 130109 Simojärven kylähistoriapiiri

Toimipaikka avoin

Ti 10.00–11.30  
13.9.–29.11.2022  
10.1.–18.4.2023

Tunteja 22 sl, 28 kl

Ei kurssimaksua

Kurssilla perehdytään historiallisen tiedon erityispiirteisiin, erilaisiin tapoihin haastella ihmisiä sekä aineiston dokumentointiin.

### 329809 Lapin elinkeinoelämän tulevaisuus

Valtuustosali

Ma 18.00–19.30

Liisa Ansala

19.9.2022

Tunteja 2 sl

Miten vastuullisuus ja ilmastonmuutos näkyvät yritysten arjessa? Vihreä siirtymä ja maailmanpoliittinen tilanne Lapissa Aiheeseen johdattaa Lapin Kauppakamarin toimitusjohtaja Liisa Ansala.

**Koillisopistot järjestävät 14.-18.11.2022 kulttuuriviikon, jonka aikana tutustutaan eri maihin etäluennoilla. Luennot on rahoitettu Opetushallituksen Laatu- ja kehittämishankkeella.**

#### 130201 Kansainvälinen kulttuuriviikko, Ruotsi

Microsoft Teams

Ma 17.00–18.00

Henrik Långberg

14.11.2022

Tunteja 1,34 sl

Ei kurssimaksua

Kuullaan perustietoutta Ruotsista sekä ruotsalaisesta kulttuurista. Tapahtuma järjestetään teams-yhteydellä. Osallistujille lähetetään linkki luennoille ennen sen alkua. Ilmoittautuminen 11.11.2022 mennessä.

#### 130203 Kansainvälinen kulttuuriviikko, Venäjä

Microsoft Teams

Ke 17.00–18.00

Tunteja 1,34 sl

16.11.2022

Ei kurssimaksua

Kuullaan perustietoutta Venäjästä ja venäläisestä kulttuurista. Tapahtuma järjestetään teams-yhteydellä. Osallistujille lähetetään linkki luennoille ennen sen alkua. Ilmoittautumiset [www.opistopalvelut.fi/posio](http://www.opistopalvelut.fi/posio) 15.11.2022 mennessä.

#### 130205 Kansainvälinen kulttuuriviikko, Japani ja Sveitsi

Microsoft Teams

Pe 17.00–18.00

Tunteja 1,34 sl

18.11.2022

Ei kurssimaksua

Kuullaan perustietoutta Japanista ja Sveitsistä sekä japanilaisesta ja sveitsiläisestä kulttuurista. Tapahtuma järjestetään teams-yhteydellä. Osallistujille lähetetään linkki luennoille ennen sen alkua. Ilmoittautumiset [www.opistopalvelut.fi/taivalkoski](http://www.opistopalvelut.fi/taivalkoski) 17.11.2022 mennessä.

# KIRJALLISUUS

## 110200 Matalan kynnyksen luovan kirjoittamisen -verkkokurssi

Google Meet

Ke 17.30–19.00

Tunteja 10 sl, 10 kl

21.9.-30.11.2022

Kurssimaksu: 50,00 €

11.1.-29.3.2023

Matalan kynnyksen luovan kirjoittamisen verkkokurssilla pääset hyppäämään luovan kirjoittamisen maailmaan erilaisten kirjoitusharjoitusten kautta, kehittymään kirjoittajana ja saat palautetta teksteistäsi ohjaajalta sekä muilta kirjoittajilta. Ilmapiiri kurssilla on kannustava ja rento. Kurssilla tutustutaan erilaisiin kirjoittamisen teemoihin ja kirjoittamaan erilaisia teemoihin liittyviä kirjoitusharjoituksia. Pääset tutustumaan mm. inspiraatioon, tarinoiden henkilöhahmojen rakentamiseen, tarinan juonen kehittelyyn, luovan kirjoittamisen terapeuttilaiseen voimaan sekä kokeilemaan esim. runon ja dekkarin kirjoittamista. Verkkotapaamisissa keskustelemme kirjoittamisesta ja kirjoitetaan pikaharjoituksia ohjaajan alustuksen johdolla. Kotitehtävissä harjoitellaan pidemmän tekstin kirjoittamista. Mukaan voi tulla niin aloittelijat kuin pidempään kirjoittamista harrastaneet. Tervetuloa rohkeasti mukaan! Osallistua voit kotoa käsin tai mistä tahansa, kunhan käytössäsi on tietokone ja nettiyhteys. Verkkotapaamiset Google meetin kautta, joka toinen viikko. Tehtävät ja tehtävien palautus sähköisessä oppimisympäristössä. Ilmoittautuminen [www.opistopalvelut.fi/kuusamo](http://www.opistopalvelut.fi/kuusamo) 11.9.2022 mennessä.

---

## 110601 Matalan kynnyksen runokurssi -verkkokurssi

Google Meet

To 17.00–18.30

Tunteja 14 sl

15.9.-27.10.2022

Kurssimaksu: 25,00 €

Matalan kynnyksen runokurssilla sinun ei tarvitse tuskastella runomitan kanssa, ei laskea haikujen tavuja eikä pakottaa runoihin riimejä. Kurssilla käymme läpi erilaisia runojen kirjoittamiseen liittyviä teemoja ja kirjoitamme runoja rennolla otteella erilaisia kirjoitusharjoituksia kokeillen. Mukaan ovat tervetulleita kaikki, aiempaa kokemusta runojen kirjoittamisesta et tarvitse. Saat vinkkejä ja rohkaisua kirjoittamiseen. Voit halutessasi jakaa ryhmälle runoja ääneen lukien tai kirjallisesti, saat valita itsellesi mieluisimman tavan. Kurssilla saat kannustavaa palautetta. Kurssilla jokainen voi olla täysin oma itsensä oman elämänsä runoilija. Koulutus toteutetaan Google meetissä. Tarvitset ainoastaan toimivan nettiyhteyden, tietokoneen, jossa mielellään toimiva mikrofoni (kamera ei ole pakollinen) sekä kirjoitusvälineet. Ilmoittautuminen <https://opistopalvelut.fi/taivaalkoski/> 19.8.2022 mennessä.

# MUSIIKKI

## 110101 Muskari 1-2 -vuotiaille

Toivolan koulu, Louhi

Cecilia Sitomaniemi

Tunteja 14 sl, 13 kl

Kurssimaksu: 35,00 €

Ma 17.00–17.45

29.8.–5.12.2022

9.1.–17.4.2023

1-2 -vuotiaille tarkoitettu ryhmä, jossa huoltaja mukana. Musiikkiin tutustutaan elämyksellisesti eri aistien kautta - soittaen, liikkuen, kuunnellen ja katsoen. Opitaan lauluja, loruja ja leikkejä. Tervetuloa mukaan!

---

## 110105 Haitari

Toivolan koulu, Viola (yläkerta)

Cecilia Sitomaniemi

Tunteja 13 sl, 14 kl

Kurssimaksu: 50,00 €

Ti 16.45–17.30

30.8.–29.11.2022

10.1.–18.4.2023

Harmonikansoiton jatkokurssi. Kappaleiden soittoa eri säestysmuodoilla nuoteista ja sointumerkeistä. Lähdemme opiskelijan oman osaamisen ja mielenkiinnon pohjalta laajentamaan taitoja ja ohjelmistoa. Opiskelemme soittoa nuottikuvasta, mutta hyödynnämme myös korvakuulosoittoa ja improvisointia. Kappaleiden kautta käymme läpi myös musiikin teoriaa. Vaatii oikean käden G-avain viivaston perustuntemuksen ja haitarinsoiton perustaidon.

---

## 110106 Eskarimuskari

Kirkonkylän koulu/Rantakoulu

Cecilia Sitomaniemi

Tunteja 3 sl, 4 kl

Ei kurssimaksua

Kurkistuksia musiikin maailmaan laulun, leikin ja soiton keinoin.

Ke 8.30–9.15

14.9.–9.11.2022

11.1.–12.4.2023

---

## 110109 Kitara

Yläaste

Timo Häyrynen

Tunteja 28 sl, 28 kl

Kurssimaksu: 45,00 €

To 15.00–16.30

1.9.–8.12.2022

12.1.–20.4.2023

Kurssi on tarkoitettu kaikille kitaransoitosta kiinnostuneille. Kurssilla opiskellaan soittoa nuoteista ja sointumerkeistä. Lähdemme opiskelijan oman osaamisen ja mielenkiinnon pohjalta laajentamaan taitoja ja ohjelmistoa. Opiskelemme soittoa tabulaatuuri-merkinnöistä sekä melodiakuvioita nuoteista ja hyödynnämme myös korvakuulosoittoa. Kappaleiden kautta käymme läpi myös musiikin teoriaa.

### 110113 Piano alkeis-

Toivolan koulu, Viola (yläkerta)

Cecilia Sitomaniemi

Tunteja 74,62 sl, 69,29 kl

Kurssimaksu: 40,00 €

Ma 17.50–20.00

29.8.–5.12.2022

9.1.–17.4.2023

Pianonsoiton alkeiskurssi. Soittamaan lähdetään korvakuulosoiton ja improvisoinnin kautta. Opiskelemme perinteistä nuottikuvaa ja soittimen koskettimet. Käymme kappaleiden kautta läpi myös musiikin peruselementtejä. Soittotunnin aika sovitaan opettajan kanssa ja sopivaa aikaa voi ehdottaa kaikkien saman opettajan pitämien pianokurssien ajoista.

---

### 110114 Piano jatko-

Toivolan koulu, Viola (yläkerta)

Cecilia Sitomaniemi

Tunteja 46,62 sl, 46,62 kl

Kurssimaksu: 40,00 €

Ti 17.30–18.30

30.8.–29.11.2022

10.1.–18.4.2023

Pianonsoiton jatkokurssi. Lähdemme opiskelijan oman osaamisen ja mielenkiinnon pohjalta laajentamaan taitoja ja ohjelmistoa. Opiskelemme soittoa nuottikuvasta, jonka tunteminen laajenee kattamaan sekä g- että f-avain viivaston. Hyödynnämme myös korvakuulosoittoa ja improvisointia. Sävellämme pieniä kappaleita ja opetamme säestyksen alkeita. Kappaleiden kautta käymme läpi myös musiikin teoriaa. Soittotunnin aika sovitaan opettajan kanssa ja sopivaa aikaa voi ehdottaa kaikkien saman opettajan pitämien pianokurssien ajoista. Tervetuloa tunneille!

---

### 110115 Piano pitempään soittaneille

Toivolan koulu, Viola (yläkerta)

Cecilia Sitomaniemi

Tunteja 12,46 sl, 12,46 kl

Kurssimaksu: 40,00 €

To 13.30–14.45

1.9.–8.12.2022

12.1.–20.4.2023

Pianokurssi pidemmälle ehtineille oppilaille. Lähdemme opiskelijan oman osaamisen ja mielenkiinnon pohjalta laajentamaan taitoja ja ohjelmistoa. Soitamme sävellettyä ohjelmistoa, mutta sävellämme myös omia kappaleita ja hyödynnämme korvakuulosoittoa ja improvisointia. Tutustumme vähintään yhteen musiikin aikakauteen tarkemmin.

---

### 110116 Pianoa kuvionuotein

Jukola

Cecilia Sitomaniemi

Tunteja 10,68 sl, 12,46 kl

Kurssimaksu: 40,00 €

Ke 14.45–16.30

31.8.–7.12.2022

11.1.–19.4.2023

Kurssi on tarkoitettu kuvionuotteja hyödyntäville pianisteille. Lähdemme opiskelijan oman osaamisen ja mielenkiinnon pohjalta laajentamaan taitoja ja ohjelmistoa. Kursilla soitetaan ohjelmistoa pääosin kuvionuottikuvasta, mutta perinteistä nuottikuvaa voidaan myös hyödyntää. Lisäksi käytämme korvakuulosoittoa ja improvisointia opiskelutapoina.

### 110120 Haitari

Toivolan koulu, Viola (yläkerta)

Cecilia Sitomaniemi

Tunteja 14 sl, 14 kl

Kurssimaksu: 50,00 €

To 10.00–10.45

1.9.–8.12.2022

12.1.–20.4.2023

Harmonikansoiton jatkokurssi. Kappaleiden soittoa eri säestysmuodoilla nuoteista ja sointumerkeistä. Lähdemme opiskelijan oman osaamisen ja mielenkiinnon pohjalta laajentamaan taitoja ja ohjelmistoa. Opiskelemme soittoa nuottikuvasta, mutta hyödynnämme myös korvakuulosoittoa ja improvisointia. Kappaleiden kautta käymme läpi myös musiikin teoriaa. Vaatii oikean käden G-avain viivaston perustuntemuksen ja haitarinsoiton perustaidon.

---

### 110127 Jukolan laululintuset

Jukola

Cecilia Sitomaniemi

Tunteja 12 sl, 14 kl

Kurssimaksu: 35,00 €

To 15.45–16.30

15.9.–8.12.2022

12.1.–20.4.2023

Kurssi on pääasiallisesti Jukolan asukkaille, mutta muualla asuvat voivat halutessaan päästä mukaan Laululintusten kuoroon. Kurssilla opiskellaan pääasiallisesti yksi- ja kaksiaänistä ohjelmistoa harjoitellen sitä kuoron kokoontumiskerroilla. Halutessaan laulua voi äänittää ja harjoitella sen mukana kotona. Esiinnyimme ahkerasti.

---

### 110128 Niittyvillan musiikkiryhmä

Niittyvilla

Cecilia Sitomaniemi

Tunteja 11 sl, 14 kl

Kurssimaksu: 35,00 €

Ti 10.15–11.00

13.9.–29.11.2022

10.1.–18.4.2023

Laulamme yksiäänisiä kappaleita. Ohjelmisto vaihtelee vuodenaikojen, erilaisten teemojen ja ryhmäläisten toiveiden mukaan.

---

### 110129 Karaokekurssi

Yläaste, mus.luokka

Antero Ahonen

Tunteja 30 sl, 42 kl

Kurssimaksu: 60,00 €

Jtko La 12.00–16.30

24.9.–3.12.2022

14.1.–22.4.2023

Kurssi on tarkoitettu kaikille laulamaan innostuneille. Harjoittelemme mikin käyttöä ja opimme karaokevideon mukana laulamista. Tutustumme erilaisiin versioihin kappaleista ja eri karaokeohjelmien toimintaan. Laulamme yksin ja yhdessä karaoketaustan kanssa.

### 110130 Laulukurssi

Yläaste, mus.luokka

Minna Sallinen

Tunteja 72 sl, 78 kl

Kurssimaksu: 240,00 €

Ma 14.30–19.45

12.9.–5.12.2022

9.1.–17.4.2023

Laulukurssi kaikille yksinlaulusta kiinnostuneille 15v ja vanhemmille opiskelijoille. Kurssilla opiskellaan laulua perehtyen oikeaoppiseen hengitystekniikkaan ja äänenmuodostukseen. Jokaiselle opiskelijalle laaditaan oma henkilökohtainen lauluohjelmisto. **Ennakkoilm.** Ei aktiivisuuskortilla.

---

### 110131 Laulun opetus / äänenmuodostus

Toivolankoulu, Louhi

Veli-Matti Rautakoski

Tunteja 100 sl, 140 kl

Kurssimaksu: 240,00 €

Ti 12.00–20.00

13.9.–29.11.2022

10.1.–18.4.2023

Laulukurssi kaikille yksinlaulusta kiinnostuneille 15v ja vanhemmille opiskelijoille. Kurssilla opiskellaan laulua perehtyen oikeaoppiseen hengitystekniikkaan ja äänenmuodostukseen. Jokaiselle opiskelijalle laaditaan oma henkilökohtainen lauluohjelmisto. **Ennakkoilm.** Ei aktiivisuuskortilla.

---

### 110134 Cecilia-kuoro

Yläaste, mus.luokka

Cecilia Sitomaniemi

Tunteja 32 sl, 37,33 kl

Kurssimaksu: 60,00 €

Ke 17.00–19.00

14.9.–7.12.2022

11.1.–19.4.2023

Kuorokurssi yli 18 vuotiaille. Harjoittelemme yksi- ja moniäänistä kuoro-ohjelmistoa kunakin vuonna kurssilaisten kanssa yhteistyössä sovittujen teemojenn mukaan. Stemmat nauhoitetaan ja niitä on siten helppo harjoitella kotona ja käymme kappaletta monipuolisesti läpi tunnilla. Käymme myös ahkerasti esiintymässä. Kappaleet ovat pääosin suomenkielisiä, mutta joukossa voi olla myös mm. japanin, latinan ja englanninkielisiä teoksia. Materiaalit jaetaan tunneilla ja stemmat saa sähköisessä muodossa joko puhelimeen tai sähköpostiin.

### 110135 Sisun laulupiiri

|                                                                        |                 |
|------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| Hoivakoti Sisu                                                         | Ma 13.45–14.30  |
| Cecilia Sitomaniemi                                                    | 12.9.–5.12.2022 |
| Tunteja 12 sl, 14 kl                                                   | 9.1.–17.4.2023  |
| Ei kurssimaksua                                                        |                 |
| Laulamme ikäryhmälle tuttuja lauluja teemojen ja vuodenaikojen mukaan. |                 |

---

### 110136 Säestyskurssi

|                                                                                                                                  |                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| Toivolan koulu, Louhi                                                                                                            | Ma 16.00–17.30  |
| Konsta Rautakoski                                                                                                                | 12.9.–5.12.2022 |
| Tunteja 24 sl, 26 kl                                                                                                             | 9.1.–17.4.2023  |
| Kurssimaksu: 35,00 €                                                                                                             |                 |
| Laulajille, huilisteille ja muille soolosoittimien soittajille (mahdollisuus soittaa pianistin säestyksellä.) <b>Ennakkoilm.</b> |                 |

---

### 110137 Rantakodin laulupiiri

|                                                                        |                 |
|------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| Rantakoti                                                              | To 15.00–15.45  |
| Cecilia Sitomaniemi                                                    | 15.9.–8.12.2022 |
| Tunteja 12 sl, 14 kl                                                   | 12.1.–20.4.2023 |
| Ei kurssimaksua                                                        |                 |
| Laulamme ikäryhmälle tuttuja lauluja teemojen ja vuodenaikojen mukaan. |                 |

---

### 110138 Päiväkotimuskari

|                                                         |                  |
|---------------------------------------------------------|------------------|
| Päiväkoti                                               | Ti 9.00–9.45     |
| Cecilia Sitomaniemi                                     | 4.10.–22.11.2022 |
| Tunteja 6 sl, 9 kl                                      | 17.1.–11.4.2023  |
| Ei kurssimaksua                                         |                  |
| Kurkistuksia musiikin maailmaan päiväkotipäivän aikana. |                  |

---

### 110139 Bändi-kurssi

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| Yläaste, mus. luokka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Ma 14.45–16.15  |
| Cecilia Sitomaniemi                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 12.9.–5.12.2022 |
| Tunteja 24 sl, 26 kl                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 9.1.–17.4.2023  |
| Kurssimaksu: 50,00 €                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                 |
| Kurssi on tarkoitettu bändisoitosta kiinnostuneille jo jonkin aikaa soittaneille henkilöille. Opiskelemme yhdessä soittoa ja löytämään/tekemään sovituksia kokoonpanolle. Opiskelijat harjoittelevat omia osuuksiaan pääosin kotona, mutta myös bändikerroilla. Pääpaino on yhteissoitossa, joten omatoimisuus harjoittelussa on tärkeää. |                 |

# KIELET

## 120101 Suomen kielen alkeet 2 verkkokurssi, taso A2

Microsoft Teams

Ma 14.00–15.30

Marco Mencarelli

12.9.–5.12.2022

Tunteja 24 sl, 26 kl

9.1.–17.4.2023

Kurssimaksu: 50,00 €

Kurssi sopii suomen kielen alkeiskurssin käyneille. Kurssilla jatketaan suomen peruskieliopin opiskelua, harjoitellaan yksinkertaisia käytännön tilanteita ja tutustutaan Suomen kulttuuriin. Kieliopin opiskelun lisäksi kurssilla tehdään kuuntelu- ja keskusteluharjoituksia. Kurssilla laajennetaan perussanastoa sekä opetellaan mm. verbien taivutusta, sanatyyppejä, paikallissijat, demonstratiivipronominit, imperatiivin muodostaminen sinä-persoonassa, järjestysluvut, päivämäärät, rektioita sekä lisää partitiivista. Kurssilla harjoitellaan matkailutilanteita, hotellissa ja ravintolassa asiointia, ruokasanastoa, suunnan kysymistä, onnitteluja sekä työpaikkasanastoa. Oppikirjana käytetään Suomen Mestarit 1, kappaleet 6-9.

---

## 120801 Italian alkeisjatko -verkkokurssi, taso A2

Microsoft Teams

Ma 16.00–17.30

Marco Mencarelli

12.9.–5.12.2022

Tunteja 24 sl, 26 kl

9.1.–17.4.2023

Kurssimaksu: 50,00 €

Kurssi sopii italian kielen alkeiskurssin käyneille. Kurssilla jatketaan italian peruskieliopin opiskelua, harjoitellaan yksinkertaisia käytännön tilanteita ja tutustutaan Italian kulttuuriin. Kieliopin opiskelun lisäksi kurssilla tehdään kuuntelu- ja käännösharjoituksia. Kurssilla laajennetaan perussanastoa sekä opetellaan mm. prepositioita, si-passiivi, omistussanat, adjektiivien taivutus, adverbija sekä objektipronominit. Kurssilla harjoitellaan ravintolassa asioimista, kaupungilla liikkumista, nähtävyyksistä kertomista, vapaa-ajasta ja mieltymyksistä kertomista sekä hotellissa asioimista. Kurssilla käytetään Bella Vista 1 oppikirjaa, kappaleet 6-10.

---

## 120802 Ruotsin kielen kurssi 7-9 luokkalaisille

Toivolan koulu, Louhi

Ma 17.00–18.30

Henrik Långberg

12.9.–5.12.2022

Tunteja 22 sl,

Ei kurssimaksua

Suomea Suomessa harjoittelija Henrik Ruotsista keskustelee ja herättelee Ruotsin kieleen. Tarvittaessa voidaan kerrata syksyn aikana myös jo opittua.

### 120803 Ruotsin kielen kurssi lukiolaisille

Toivolan koulu, Louhi

Henrik Långberg

Tunteja 22 sl

Ei kurssimaksua

Suomea Suomessa harjoittelija Henrik Ruotsista keskustele ja herättelee Ruotsin kieleen. Tarvittaessa voidaan kerrata syksyn aikana myös jo opittua.

Ti 18.30–20.00

13.9.–29.11.2022

---

### 120804 Ruotsin kielen kurssi

Toivolan koulu, Louhi

Henrik Långberg

Tunteja 24 sl

Kurssimaksu: 20,00 €

Suomea Suomessa harjoittelija Henrik Ruotsista keskustele ja herättelee Ruotsin kieleen. Lisäksi keskusteluja ja sanoja voidaan käydä osallistujien toiveiden mukaisesti.

Ke 18.30–20.00

14.9.–7.12.2022

---

### 129801 Saamen kielen alkeet

Yläaste

Maria Mäkelä

Tunteja 12 sl

Kurssimaksu: 25,00 €

Saamenkielen alkeet. Tervehdykset, esittelyt, pieniä keskusteluja. Numerot, viikonpäivät, kellonajat. **Ennakkoilm.**

Ma 17.00–18.30

12.9.–24.10.2022

---

### 129802 Saamen kielen alkeisjatko

Yläaste

Maria Mäkelä

Tunteja 12 kl

Kurssimaksu: 25,00 €

Saamenkielen alkeiden kertausta, keskustelua, ääntämistä, luetaan ja suomennetaan lehtijuttuja. **Ennakkoilm.**

Ma 17.00–18.30

9.1.–13.2.2023

---

### 120701 Asiointiespanjaa -verkkokurssi, taso A2

Google Meet

Tunteja 14 sl

Kurssimaksu: 25,00 €

Lomailenko tai asutko espanjankielisessä maassa? Haluaisitko pystyä hoitamaan asioitasi paremmin, ihan itse? Jos vastasit molempiin kyllä, niin tämä kurssi on juuri sinulle! Tehokkaalla lyhytkurssilla opitaan asioimaan mm. majoituksessa, ravintolassa, kaupassa, lääkärissä ja apteekissa. Lisäksi tutustutaan asunnon vuokraus- ja ostosnastoon. Kurssi sopii espanjan alkeet taitaville. Ilmoittautuminen <https://opistopalvelut.fi/taivalkoski> 21.9.2022 mennessä.

Ke 18.15–19.45

5.10.–23.11.2022

## 120702 Espanjan keskustelu -verkkokurssi, taso A2

Google Meet

Tunteja 14 kl

Kurssimaksu: 25,00 €

Ma 18.15–19.45

16.1.–27.2.2023

Haluaisitko ymmärtää paremmin espanjan kielen kevyttä keskustelua ja osallistua siihen itsekin? Tämän kurssin tavoitteena on madaltaa puheen tuottamisen kynnyistä ja rohkaista käyttämään espanjan kieltä käytännön tilanteissa. Keväällä 2023 alkava keskusteluryhmä sopii espanjan alkeet taitaville tai aiemmin matkailu- tai asiointiespanjan kursseille osallistuneille. Ilmoittautuminen <https://opistopalvelut.fi/taivalkoski> 6.1.2023 mennessä.

## TIETOTEKNIikka

### 349805 Digitupa

Monkkari 2.0

Tunteja 16 sl, 18,67 kl

Ei kurssimaksua

Ke 12.30–13.30

14.9.–7.12.2022

11.1.–19.4.2023

Aikuisten perustaitojen ja digitaalisten taitojen vahvistaminen Onko ongelmia, haluatko oppia jonkin toiminnon, onko appit ja täpit hepreaa, kiinnostaisiko skype –puhelut lastenlapsille tai sisaruksille, asiointi verkossa vai olisiko puhelin tai tabletti, tietokone vasta uusittu ja toiminnot vielä hukassa? Digitupaan voit tulla kerran tai kaksi tai useammin tai välillä kertaamaan.

## TAIDEAINEET

### 110301 Marjukan taideryhmä

Marjukka

Anneli Niemelä

Tunteja 22 sl, 28 kl

Kurssimaksu: 50,00 €

Käsintekemisen ja yhdessäolon riemua.

Ti 15.00–16.30

13.9.–29.11.2022

10.1.–18.4.2023

### 110302 Posliininmaalaus

Kerkkä

Anneli Niemelä

Tunteja 30 sl, 42 kl

Kurssimaksu: 60,00 €

Ennakkoilm.

Jtvko ke 15–20

21.9.–30.11.2022

11.1.–19.4.2023

## 119801 Sirkus/voimistelu ja akrobatia alle kouluikäiset

|                      |                 |
|----------------------|-----------------|
| Kerkkä               | Ma 17.00–17.45  |
| Sirkus Taika-Aika    | 12.9.–5.12.2022 |
| Tunteja 12 sl, 13 kl | 9.1.–17.4.2023  |

Kurssimaksu: 35,00 €

Ryhmissä käydään ohjaajajohtoisesti läpi sirkuksen päälajit ikäryhmään ja taitotasoon soveltaen. Päälajit ovat akrobatia, ilma-akrobatia, jongleeraus, tasapainolajit ja esiintyminen. **Ennakkoilm.**

## 119802 Sirkus/voimistelu ja akrobatia 7-10 v. ryhmä

|                         |                 |
|-------------------------|-----------------|
| Kerkkä                  | Ma 17.45–18.45  |
| Sirkus Taika-Aika       | 12.9.–5.12.2022 |
| Tunteja 16 sl, 17,33 kl | 9.1.–17.4.2023  |

Kurssimaksu: 45,00 €

Ryhmissä käydään ohjaajajohtoisesti läpi sirkuksen päälajit ikäryhmään ja taitotasoon soveltaen. Päälajit ovat akrobatia, ilma-akrobatia, jongleeraus, tasapainolajit ja esiintyminen. **Ennakkoilm.**

## 119803 Sirkus/voimistelu ja akrobatia 10 v. ryhmä

|                         |                 |
|-------------------------|-----------------|
| Kerkkä                  | Ma 18.45–19.45  |
| Sirkus Taika-Aika       | 12.9.–5.12.2022 |
| Tunteja 16 sl, 17,33 kl | 9.1.–17.4.2023  |

Kurssimaksu: 45,00 €

Ryhmissä käydään ohjaajajohtoisesti läpi sirkuksen päälajit ikäryhmään ja taitotasoon soveltaen. Päälajit ovat akrobatia, ilma-akrobatia, jongleeraus, tasapainolajit ja esiintyminen. **Ennakkoilm.**

## KÄDEN TAIDOT



### 110401 Puu- ja metallityöt sekä huonekalujen entisöinti

|                      |                  |
|----------------------|------------------|
| Yläaste, työpaja     | Ti 18.00–20.30   |
| Markku Kivijärvi     | 13.9.–29.11.2022 |
| Tunteja 33 sl, 42 kl | 10.1.–18.4.2023  |

Kurssimaksu: 60,00 €

### 110402 Seniorien tekniset työt

|                      |                 |
|----------------------|-----------------|
| Yläaste, työpaja     | To 14.30–17.00  |
| Markku Kivijärvi     | 15.9.–8.12.2022 |
| Tunteja 36 sl, 42 kl | 12.1.–20.4.2023 |

Kurssimaksu: 60,00 €

Valmistetaan koru- ja käyttöesineitä, perinnekäsitöitä. Materiaaleina pähkä, ym. puumateriaali, luu, sarvi, metallit.

### 110403 Kädentaitajat

Yläaste, työpaja

Anneli Niemelä

Tunteja 42 sl, 36 kl

Kurssimaksu: 60,00 €

Luovaa tekemistä yhdessä: Neula- ja märkähuovutusta, vanhasta uutta, kuvan siirto tekstiilille, taidetekstiilit, kahvipussi- ja punontatyöt sekä askartelut yms.

Jtko ma 10–15

12.9.–5.12.2022

16.1.–27.3.2023

### 110404 Kankaankudonta

Toivolan koulu, Joukahainen

Anneli Niemelä

Tunteja 33 sl, 42 kl

Kurssimaksu: 60,00 €

Erilaisten käyttö- ja koristetekstiilien kutomista. Suunnittelu, loimien luominen ja kankaan rakentaminen. Kankaankudonnan perusteita vasta-alkajille ja syventelyä jo pidempään kutoneille. Kudonnan opettaja ohjaa tiistaisin klo 17.30–20.00. Opiskelijat voivat käydä kutomassa myös muina aikoina.

Ti 17.00–19.30

13.9.–29.11.2022

10.1.–18.4.2023

### 110405 Päivikin harrasteryhmä

Päivikki

Anneli Niemelä

Tunteja 33 sl, 42 kl

Kurssimaksu: 60,00 €

Kaikenlaista kivaa yhdessä tekemistä kädentaitojen parissa: askartelut, posliininmaalaukset, neulonta, ompelu, savityöt yms. Ulkoilua ja muuta yhdessäoloa unohtamatta.

Ti 11.30–14.00

13.9.–29.11.2022

10.1.–18.4.2023

### 110406 Jukolan askartelu ja leikki

Jukola

Anneli Niemelä

Tunteja 36 sl, 39 kl

Kurssimaksu: 60,00 €

Monipuolisesti askartelua, painottuen kädentaitojen ylläpitämiseen ja kehittämiseen sekä ulkoilua, pelailua ja leikkimistä jne.

Ma 16.30–19.00

12.9.–5.12.2022

9.1.–17.4.2023

### 110407 Virkkaamisen, koukkuamisen ja neulonnan monitoimiryhmä

Toivolan koulu, Louhi

Anneli Niemelä

Tunteja 36 sl, 42 kl

Kurssimaksu: 60,00 €

Sisältää kirjovirkkaus, koukkuaminen ja neulonta. Sopii vasta-alkajille ja pitempään harrastaneille. Ryhmässä jatketaan myös Rannalaisen islantilaisneuleen kutomista.

To 17.00–19.30

15.9.–8.12.2022

12.1.–20.4.2023



## 110408 Huonekalujen verhoilu

Kerkkä

Aino Alakorva

Tunteja 30 sl, 30 kl

Kurssimaksu: 60,00 €

Pe 17–21, La 9–13

30.9.–26.11.2022

27.1.–25.3.2023

Ryhmä kokoontuu kuukauden viimeinen pe-la. Perustason kurssi, osallistujilta ei vaadita aikaisempaa kokemusta huonekalujen verhoilusta, motivoitunut asenne riittää ja kädentaidot ovat eduksi. Kurssilla käydään läpi huonekalujen kunnostuksen perusteet puuosakorjauksista kangasverhoiluun. Tutustutaan käytettäviin työkaluihin ja materiaaleihin sekä niiden oikeaan käyttötapaan. Aloitustyöksi sopii esimerkiksi pieni tuoli, tuolin kansi, rahi tai istuintyyny. Ota työ mukaan ensimmäiselle kokoontumiskerralle. Kurssilla tarvitaan perustyökaluja kuten vasaraa, puukkoa, talttaa, lankaa ja saksia yms. **Ennakkoilm.**

---

## 110409 Karvalakkikurssi

Yläaste

Maria Mäkelä

Tunteja 36 sl, 42 kl

Kurssimaksu: 60,00 €

To 17.00–19.30

15.9.–8.12.2022

12.1.–20.4.2023

Erilaisten karvalakkien käsin ompelu, valmiita kaavoja käyttäen, lapselle tai aikuiselle. **Ennakkoilm.**

---

## 110411 Kansallispukuompelu

Yläaste

Mari Kallatsa

Tunteja 33 sl, 42 kl

Kurssimaksu: 60,00 €

Ti 17.00–19.30

13.9.–29.11.2022

10.1.–18.4.2023

Tule kurssille valmistamaan kansallispuku tai puvun osia perinteisin menetelmin. Mahdollisuus myös korjata puvun osia. Tutustutaan kansanperinteeseen ja suomalaisten kansallispukujen historiaan, niiden alueellisiin eroihin sekä lähialueiden pukuihin. Perehdytään kansallispukujen erilaisiin perinteisiin valmistustapoihin ja vaatteiden materiaaleihin, käyttöön, huoltoon sekä korjaamiseen. Kurssilla voit suurentaa tai pienentää hameen tai liivin, lisätä paitaan elintasokiilat, tehdä uuden paidan tai esiliinan. **Ennakkoilm.**

## 110412 Ompelu

Yläaste

Mari Kallatsa

Tunteja 33 sl, 39 kl

Kurssimaksu: 60,00 €

Ma 17.00–19.15

12.9.–28.11.2022

9.1.–17.4.2023

Sopii henkilöille, joilla on kiinnostus käsillä tekemiseen, kankaisiin ja ompelemalla tehtyjen tuotteiden valmistukseen. Valmistetaan kaavoista, korjataan vanhaa ja tehdään vanhasta kokonaan uutta. Ommellaan vaatteita, asusteita, sisustus- ja käyttötekstiilejä ja muuta mukavaa. Opitaan käsittelemään ompelukonetta, saumuria sekä muita ompelussa käytettäviä apuvälineitä ja tarvikkeita. Opitaan valitsemaan oikeat materiaalit kulloinkin tehtävään työhön. Opiskelu lähityöskentelynä. Kaavat ja mallit käsityölehdistä ja itse suunnitellen.

---

## 110413 Tuftaus-kurssi

Toivolan koulu

Anneli Niemelä

Tunteja 10,68 sl, 18,69 kl

Kurssimaksu: 35,00 €

Jtvko Ke 16.30–18.30

21.9.–29.11.2022

10.1.–19.4.2023

Kiinnostaako sinua suosittu punch needle -tekniikka? Suomeksi se on tuftaus. Ryhmä sopii kaiken ikäisille lapsista aikuisiin. Tuftaus on vanha tekniikka, josta on taas tullut suosittu. Tuftauksesta käytetään myös englantilaista nimitystä "punch needle". Tuftaustekniikka toimii niin, että sinulla on neula, jonka läpi lanka juoksee koko ajan vapaasti ja painat neulan kankaan läpi toistuvasti. Kun neulan vetää



pois, kangas sulkeutuu langan ympärille (tässä tapauksessa paksun langan ympärille). Yläpuolelle muodostuu pisto, jonka pituus riippuu siitä, miten pitkälle viet neulaa kankaalla, ja alapuolelle muodostuu lenkkejä, kun vedät neulan ylös. Jotta tämä onnistuisi, täytyy olla keskenään karkeudeltaan ja paksuudeltaan yhteensopiva neula, kangas ja lanka. Ohut tuftausneula vaatii toisenlaisen kankaan ja ohuemman langan. Tuftausta voi käyttää sisustussyksityiskohtiin, istuinlustoisiin, tyynyihin ynnä muuhun. Voit myös tehdä tuftaamalla asusteita, kuten laukkuja ja jopa vaatteita.

## 110410 Kukkasidontakurssi

Kerkkä

Paula Erkkilä

Tunteja 5,33 sl

Kurssimaksu: 20,00 €

Valmistamme kukka-asetelmia. Materiaalimaksu laskutetaan erikseen. **Ennakkoilm.**

Ma 16.00–20.00

5.12.2022

## 710301 Puutarhakurssi

Toivola, Väinämöinen

Paula Erkkilä

Tunteja 14,66 kl

Kurssimaksu: 25,00 €

Tunnistetaan kasveja ja niiden käyttöpaikkoja. Jaetaan kokemuksia ja opitaan toisiltamme. Kurssin aloitus ke 26.4. klo 17-20 ja jatkuu keskiviikkoisin klo 17-19 seuraavasti: 10.5., 24.5. ja 7.7. taimien vaihto- ja kokemuspiirinä.

Ke 17.00–20.00

26.4.–7.7.2023

### 110415 Toivolan avajaiset, kahvitarjoilu

Toivolan koulu, Louhi

Marjo Saarinen

Tunteja 2 sl

Sisustussuunnittelija Marjo Saarinen esittelee Toivolan koulun sisustussuunnitelmaprosessia ja sisustussuunnitelman aiheita. Lisäksi käydään läpi tulevan keittiöremontin sisustussuunnitelma. Tule kuuntelemaan ja ottamaan vinkkejä omaan sisustussuunnitelmaan.

klo 12.00–18.00

Pe 14.00–17.00

2.9.2022

## METSÄSTYS

### 410201 Metsästäjäätutkintoon valmentava opetus

Yläaste

Henna-Riikka Soikko

Tunteja 15 sl

Kurssimaksu: 25,00 €

Kurssi antaa valmiudet suoriutua metsästäjäätutkinnosta. Koulutuksessa käydään läpi mm. lakiasiat, metsästysmuodot, hyvät metsästystavat, sekä ase- ja patruuna-asiat. Riistanhoitoyhdistys järjestää tutkinnon. **Ennakkoilm.**

Ma-pe 17–20

15.–19.8.2022

### 410202 Naisten metsästyskurssi, metsästäjäätutkintoon valmentava koulutus

Yläaste

Henna-Riikka Soikko

Tunteja 15 sl

Kurssimaksu: 25,00 €

Kurssi antaa valmiudet suoriutua metsästäjäätutkinnosta. Koulutuksessa käydään läpi mm. lakiasiat, metsästysmuodot, hyvät metsästystavat, sekä ase- ja patruuna-asiat. Riistanhoitoyhdistys järjestää tutkinnon. **Ennakkoilm.**

La 9–15, Su 9–16

27.–28.8.2022

# ESITTÄVÄ TANSSI

## 110506 Lavis -lavatanssijumppa

Peuran liikuntasali

To 16.45–17.45

Opettaja avoin

15.9.–8.12.2022

Tunteja 16 sl, 18,67 kl

12.1.–20.4.2023

Kurssimaksu: 45,00 €

Lavis – lavatanssijumppa on uusi liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssiaskelien ja jumpan välimuotoon. Tunnilla kehität kuntoasi ja samalla opit lavatanssiaskelien perusteita. Lavista tanssitaan yksin, joten ei ole vaaraa, että kukaan talloo varpaille.

## 110507 Street dance 6-8 v.

Kerkkä

Ti 17.00–17.45

Tanssinopettaja Veera Halmetoja

13.9.–29.11.2022

Tunteja 11 sl, 14 kl

10.1.–18.4.2023

Kurssimaksu: 35,00 €

Street lasten tunnilla tutustutaan katutanssin kehonkieleen, opetellaan Hip Hopin perusteita ja inspiroidutaan katutanssin kulttuurista luovuuden ja leikkimielisyyden kautta. Aikaisempaa tanssikokemusta ei vaadita ja tunneilla edetään ryhmän mukaan tanssijoiden toiveet huomioiden. Tärkeintä näillä tunneilla on pitää yhdessä hauskaa, nauttien musiikista ja tanssista. **Ennakkoilm.**

## 110508 Street dance 9-12 v.

Kerkkä

Ti 18.00–18.45

Veera Halmetoja

13.9.–29.11.2022

Tunteja 11 sl, 14 kl

10.1.–18.4.2023

Kurssimaksu: 35,00 €

Street lasten tunnilla tutustutaan katutanssin kehonkieleen, opetellaan Hip Hopin perusteita ja inspiroidutaan katutanssin kulttuurista luovuuden ja leikkimielisyyden kautta. Aikaisempaa tanssikokemusta ei vaadita ja tunneilla edetään ryhmän mukaan tanssijoiden toiveet huomioiden. Tärkeintä näillä tunneilla on pitää yhdessä hauskaa, nauttien musiikista ja tanssista. **Ennakkoilm.**

## 110509 Street dance yli 13 v.

Kerkkä

Ti 19.00–19.45

Veera Halmetoja

13.9.–29.11.2022

Tunteja 11 sl, 14 kl

10.1.–18.4.2023

Kurssimaksu: 35,00 €

Tunti sopii niin aloittelijoille kuin katutanssilajeja jo aiemmin harrastaneille. Tunti tarjoaa mahdollisuuden uuden oppimiseen ja tanssijana kehittymiseen kunkin oman taitotason mukaan. Tunnit ovat monipuolisia sisältäen lämmittelyä, eri katutanssilajeihin syventymistä, erilaisten koreografia osuuksien harjoittelua sekä tanssitaitoja kehittäviä harjoitteita venyttelyä unohtamatta. Tunneilla edetään ryhmän mukaan tanssijoiden toiveet huomioiden. Keskeistä näillä tunneilla on kuitenkin nauttia musiikin ja liikkeen tuomasta voimasta ja pitää yhdessä hauskaa! **Ennakkoilm.**

### 110510 Tankotanssi alle 12 v.

Peuran liikuntasali

Mandi Koskela

Tunteja 16 sl, 18,66 kl

Kurssimaksu: 45,00 €

Ke 16.00–17.00

14.9.–7.12.2022

11.1.–19.4.2023

Tankotanssi on hyvää kehonpainotreeniä ja motorisen kehityksen tukevaa treeniä. Lapsi oppii vartalonhallintaa, sekä liikkuvuus, tasapaino, ketteryys parantuvat. Tankotanssi parantaa myös keskittymiskykyä ja tavoitteellisuutta. Tunneilla harjoitellaan monipuolisesti eri tankotanssin akrobaattisia temppuja. Aikuinen on valvomassa tunteja. **Ennakkoilm.**

---

### 110511 Tankotanssi 12-13 v.

Peuran liikuntasali

Mandi Koskela

Tunteja 16 sl, 18,66 kl

Kurssimaksu: 45,00 €

Ke 15.00–16.00

14.9.–7.12.2022

11.1.–19.4.2023

Tankotanssi on hyvää kehonpainotreeniä ja motorisen kehityksen tukevaa treeniä. Lapsi oppii vartalonhallintaa, sekä liikkuvuus, tasapaino, ketteryys parantuvat. Tankotanssi parantaa myös keskittymiskykyä ja tavoitteellisuutta. Tunneilla harjoitellaan monipuolisesti eri tankotanssin akrobaattisia temppuja. Aikuinen on valvomassa tunteja. **Ennakkoilm.**



Koillisopistot järjestävät kestävän elämäntavan teemaviikon osana Euroopan yhteistä kestävän kehityksen tapahtumaa. Teemaviikolla järjestetään maksuttomia etäluentoja kestäväyyteen liittyvistä aiheista. Luennot kustannetaan Opetushallituksen hankerahalla. Ilmoittaudu luennoille kansalaisopiston opistopalveluissa. Tervetuloa mukaan!

### **329802 72 h varautuminen -verkkoluento**

Microsoft Teams

Ma 17.00–18.00

Tunteja 1,33 sl

19.9.2022

Ei kurssimaksua

72 tuntia on viranomaisten ja järjestöjen laatima varautumissuositus kotitalouksille yhteiskunnan häiriötilanteisiin. Luennolla käydään läpi, miten häiriötilanteeseen varaudutaan ja miten sen sattuessa tulisi toimia. Luento rahoitetaan Opetushallituksen Laatu- ja kehittämishankkeesta. Luento järjestetään Teamsilla, osallistujille lähetetään linkki luennoille ennen sen alkua. Ilmoittautuminen <https://opistopalvelut.fi/taivalkoski/> 16.9.2022 mennessä.

---

### **329801 Ilmastonmuutos -verkkoluento**

Microsoft Teams

Ti 17.00–18.00

Tunteja 1,33 sl

20.9.2022

Ei kurssimaksua:

Luennolla käsitellään ilmastonmuutoksen vaikutuksia Suomessa. Luennoitsijana toimii tietokirjailija, meteorologi ja kolumnisti Kerttu Kotakorpi. Luento rahoitetaan Opetushallituksen Laatu- ja kehittämishankkeesta. Luento järjestetään Teamsilla, osallistujille lähetetään linkki luennoille ennen sen alkua. Ilmoittautuminen <https://opistopalvelut.fi/taivalkoski/> 19.9.2022 mennessä.

---

### **329803 Kestävä matkailu-verkkoluento**

Microsoft Teams

Ke 17.00–18.00

Tunteja 1,33 sl

21.9.2022

Ei kurssimaksua:

Luennolla opitaan kestävän matkailun periaatteita ja miten kestävyyttä voi toteuttaa omilla matkoillaan ja retkeilyssä. Luento rahoitetaan Opetushallituksen Laatu- ja kehittämishankkeesta. Luento järjestetään Teamsilla, osallistujille lähetetään linkki luennoille ennen sen alkua. Ilmoittautuminen <https://opistopalvelut.fi/taivalkoski/> 20.9.2022 mennessä.

---

### **329804 Kestävä vaatehuolto, kierrätys ja kertakäyttömuoti -verkkoluento**

Microsoft Teams

To 17.00–18.00

Tunteja 1,33 sl

22.9.2022

Ei kurssimaksua:

Luennolla opitaan kestävän vaatehuollon ja vaatteiden kierrätyksen perusteita sekä kuullaan asiaa kertakäyttömuodista. Luento rahoitetaan Opetushallituksen

Laatu- ja kehittämishankkeesta. Luento järjestetään Teamsilla, osallistujille lähetetään linkki luennolle ennen sen alkua. Ilmoittautuminen <https://opistopalvelut.fi/taivalkoski/> 21.9.2022 mennessä.

### **329805 Oman elämän budjetointi -työpaja verkkoluontona**

Microsoft Teams

Pe 17.00–18.00

Tunteja 1,33 sl

23.9.2022

Ei kurssimaksua:

Käydään läpi budjetoinnin perusteita ja kestäväää omaa taloudenpitoa. Saadaan vinkkejä ekologisesti ja taloudellisesti kestävien valintojen tekemiseen arjessa. Luento järjestetään Teamsilla, osallistujille lähetetään linkki luennolle ennen sen alkua. Ilmoittautuminen <https://opistopalvelut.fi/taivalkoski/> Luento on Marttaliiton ja Takuusäätiön Kestävät talouspolut -hankkeen tuottama, osallistava budjetointiluento Kestävän elämäntavan viikolle. Ilmoittautuminen <https://opistopalvelut.fi/taivalkoski/> 22.9.2022 mennessä.



# TERVEYS JA LIIKUNTA

## 610101 Mindfulness - stressinhallintakurssi

Toivola, Väinämöinen  
Marjo-Riitta Waaraniemi  
Tunteja 18 sl, 16 kl  
Kurssimaksu: 50,00 €

Ma 18.00–19.30  
3.10.–5.12.2022  
9.1.–27.2.2023

Onko sinulla stressiä? kipuja? unettomuutta? Jos vastasit kyllä, tämä kurssi sopii juuri sinulle. Kurssilla opetellaan ajatusten ja tunteiden hyväksymisen, hengityksen ja liikkeiden avulla pysähtymistä tähän hetkeen. Harjoittelun myötä mielesi ja kehosi rauhoittuu sekä stressitasosi laskee. Mindfulness harjoittelu tukee kokonaisvaltaista hyvinvointiasi. Kurssin alussa käymme läpi mindfulnessin teoriaa ja perusteita. Muut tunnit koostuvat mielikuva-, keho ja hengitysharjoituksista. Harjoituksia tehdään mm. istuen, seisten/kävellessä sekä makuulla. Kurssille tarvitset mukaan jumppamatjan, joustavat ja lämpimät vaatteet, peiton, tyynyn, vesipullon sekä avoimen mielen. Kurssille voi osallistua, vaikka aikaisempaa kokemusta mindfulnessista ei olisikaan. Kurssi ei sovellu akuuttiin kriisiin tai vakavan masennuksen hoitoon. **Ennakkoilm.**

---

## 610102 Mindfulness kurssi varttuneelle välle

Toivola, Väinämöinen  
Marjo-Riitta Waaraniemi  
Tunteja 18 sl, 14 kl  
Kurssimaksu: 50,00 €

Ke 18.00–19.30  
5.10.–7.12.2022,  
11.1.–22.2.2023

Tule mindfulness kurssille pysähtymään, olemaan ja rentoutumaan. Pääset erilaisen harjoitusten kautta rentouttamaan mielesi ja kehosi. Stressitasosi laskee, kipusi lievenee sekä unenlaatusi paranee. Kurssin ensimmäisellä tunnilla käymme läpi mindfulnessin perusteita, mitä se on ja mikä merkitys ajatuksilla ja tunteilla on stressin kokemisessa. Jatkossa tunneilla tehdään erilaisia mieli-, keho ja hengitysharjoituksia. Harjoituksia tehdään istuen, seisten, kävellessä ja makuuasennossa. Harjoitus asennon voi myös valita, jos ei pysty olemaan kaikissa asennoissa esim. makuulla. Kurssille tarvitset oman jumppamatjan, kevyen peiton, tyynyn, joustavat vaatteet, villasukat sekä juomapullon. Tule mukaan kokemus matkalle. **Ennakkoilm.**

---

## 610103 Oman elämäsi Suurin pudottaja

Toivola, Väinämöinen  
Outi Leppänen  
Tunteja 12 sl, 12 kl  
Kurssimaksu: 80,00 €

Ke 17.00–18.30  
14.9.–23.11.2022  
11.1.–19.4.2023

Kurssi kokoontuu 14.9. – 9.11.2022 joka toinen viikko, 23.11.2022 – 19.4.2023 kerran k k Kurssiin sisältyy 2 x 2 oppitunnin mittainen henkilökohtainen ohjaus. Kurssi antaa apua painonhallinnassa, terveellisten elämäntapojen omaksumisessa, kuntoilun säännöllistämässä ja vertaistukea. Kurssin alussa tehdään alkukartoitukset sekä henkilökohtainen treeniohjelma. Lisäksi ruokaohjelma, väliaikatietojen tarkistus, loppu-tarkistus (onko mikään muuttunut) ja jatko-ohjeet. Ei aktiivisuuskortilla. **Ennakkoilm.**

### 830128 Joogamix

|                      |                 |
|----------------------|-----------------|
| Kerkkä               | Ke 18.00–19.30  |
| Virpi Piira          | 14.9.–7.12.2022 |
| Tunteja 24 sl, 28 kl | 11.1.–19.4.2023 |
| Kurssimaksu: 60,00 € |                 |

Joogamix; joogaillaan lempeästi välillä tehojakin hakien erilaisten joogatyylien mukaisesti. Opetan jooga-asanoita (asentoja) oikeita ja turvallisia linjauksia hakien hitaasti ja ajatuksella. Yhdistämme asanaharjoitukseen hengitysharjoituksia (pranayama) löytääksemme kehon ja mielen tasapainon. Joogamix sopii sinulle, joka haluat tehdä rauhallisen, mutta samalla fyysisen joogaharjoituksen. Joogaopetukseni sopii sinulle, joka kaipaat pysähtymistä suorittavasta arjesta vapaana – olitpa vasta-alkaja tai jo pidemmälle edistynyt. **Ennakkoilm.**

---

### 830129 Lapsijooga 4-6 v.

|                      |                      |
|----------------------|----------------------|
| Kerkkä               | Jtvko ti 17.30–18.15 |
| Virpi Piira          | 13.9.–22.11.2022     |
| Tunteja 6 sl, 7 kl   | 17.1.–11.4.2023      |
| Kurssimaksu: 25,00 € |                      |

Lapsijooga on liikettä, leikkiä ja mielikuvituksellista kehollista eläytymistä. Lapsijoogassa joogaharjoitus tehdään joogasatujen maailmassa. Lapsijooga vaikuttaa lihasten joustavuuteen ja kuntoon, auttaa motoriikan kehitykseen sekä vaikuttaa tehtävien liikkeiden myötä itsetuntemukseen. Jooga vahvistaa lasta, kun lapsi voi kokea yhä vahvemmin, kuinka hän on rohkea kuin leijona, ylväs kuin kotka, vakaa kuin vuori ja notkea kuin käärme. Kehon tasolla liikkeiden ja liikeratojen oppiminen vahvistaa mielen selvyyttä. **Ennakkoilm.**

---

### 830130 Lapsijooga 7-9 v.

|                      |                      |
|----------------------|----------------------|
| Kerkkä               | Jtvko ti 17.30–18.15 |
| Virpi Piira          | 20.9.–29.11.2022     |
| Tunteja 5 sl, 7 kl   | 10.1.–18.4.2023      |
| Kurssimaksu: 25,00 € |                      |

Lapsijooga on liikettä, leikkiä ja mielikuvituksellista kehollista eläytymistä. Lapsijoogassa joogaharjoitus tehdään joogasatujen maailmassa. Lapsijooga vaikuttaa lihasten joustavuuteen ja kuntoon, auttaa motoriikan kehitykseen sekä vaikuttaa tehtävien liikkeiden myötä itsetuntemukseen. Jooga vahvistaa lasta, kun lapsi voi kokea yhä vahvemmin, kuinka hän on rohkea kuin leijona, ylväs kuin kotka, vakaa kuin vuori ja notkea kuin käärme. Kehon tasolla liikkeiden ja liikeratojen oppiminen vahvistaa mielen selvyyttä. **Ennakkoilm.**

---

### 830101 Ikäihmisten kuntosaliryhmä I

|                      |                 |
|----------------------|-----------------|
| Ranuan kuntosali     | Ma 12.00–12.45  |
| Jaska Ilvesluoto     | 12.9.–5.12.2022 |
| Tunteja 12 sl, 13 kl | 9.1.–17.4.2023  |
| Kurssimaksu: 70,00 € |                 |

Ohjattua kuntosali harjoittelua ko. ryhmälle. Opetellaan turvallinen ja tehokas tapa kuntosali harjoitteluun. Aktiivisuuskortti ei käy. **Ennakkoilm.**

### 830102 Ikäihmisten kuntosaliryhmä II

Ranuan kuntosali

To 9.00–9.45

Jaska Ilvesluoto

15.9.–8.12.2022

Tunteja 12 sl, 14 kl

12.1.–20.4.2023

Kurssimaksu: 70,00 €

Ohjattua kuntosali harjoittelua ko. ryhmälle. Opetellaan turvallinen ja tehokas tapa kuntosali harjoitteluun. Aktiivisuuskortti ei käy. **Ennakkoilm.**

### 830103 Ikäihmisten kuntosaliryhmä III

Peuran kuntosali

Ma 9.00–9.45

Outi Leppänen

12.9.–6.12.2022

Tunteja 12 sl, 13 kl

10.1.–17.4.2023

Kurssimaksu: 70,00 €

Ohjattua kuntosali harjoittelua ko. ryhmälle. Opetellaan turvallinen ja tehokas tapa kuntosali harjoitteluun. Aktiivisuuskortti ei käy. **Ennakkoilm.**

---

### 830104 Ikäihmisten kuntosaliryhmä IV

Peuran kuntosali

Ti 9.00–9.45

Outi Leppänen

13.9.–6.12.2022

Tunteja 12 sl, 14 kl

10.1.–18.4.2023

Kurssimaksu: 70,00 €

Ohjattua kuntosali harjoittelua ko. ryhmälle. Opetellaan turvallinen ja tehokas tapa kuntosali harjoitteluun. Aktiivisuuskortti ei käy. **Ennakkoilm.**

---

### 830106 Toiminnallinen kehonhuoltotunti

Niittyvilla

Ke 12.15–13.00

Henriikka Karttunen

14.9.–7.12.2022

Tunteja 12 sl, 14 kl

11.1.–19.4.2023

Kurssimaksu: 35,00 €

Tuntien tavoitteena on ylläpitää sekä kehittää kehon lihaskuntoa, liikkuvuutta ja tasapainoa. Tunnille tarvitsen ainoastaan liikuntaan sopivan vaatetuksen.

---

### 830108 Ikäihmisten vesijumppa

Puikkari

To 8.30–12.30

Henriikka Karttunen

29.9.–24.11.2022

Tunteja 9 sl, 9 kl

26.1.–30.3.2023

Kurssimaksu: 40,00 €

Kuukauden viimeinen torstai tehdään uimahallimatka Puikkariin, jossa ohjattua vesijumppaa. Uimahallimatkan omavastuu 10 euroa sisältäen uimahallilipun.

**Ennakkoilm.**

### 830109 Ikäihmisten kuntoilu

Monkkari 2.0

Henriikka Karttunen

Tunteja 11 sl, 14 kl

Kurssimaksu: 35,00 €

Ikäihmisille tarkoitettu liikuntaryhmä. Tunnilla tehdään lihaskuntoa, liikkuvuutta ja tasapainoa ylläpitäviä sekä kehittäviä harjoituksia. Tunnille tarvitet ainoastaan liikuntaan sopivan vaatetuksen.

Ti 13.00–13.45

13.9.–29.11.2022

10.1.–18.4.2023

---

### 830110 Tuolijumppa ikäihmisille

Rantakoti

Henriikka Karttunen

Tunteja 11 sl, 14 kl

Ei kurssimaksua

Tuolijumpan tavoitteena on lisätä liikkuvuutta ja ylläpitää lihaskuntoa. Liikkeet tehdään ohjatusti yhdessä.

Ti 10.45–11.30

13.9.–29.11.2022

10.1.–18.4.2023

---

### 830111 Naisten coretreenit

Peuran liikuntasali

Henriikka Karttunen

Tunteja 11 sl, 14 kl

Kurssimaksu: 35,00 €

Tällä tunnilla pistetään keskivartalo kuntoon! Treeniin kuuluu niin rutistuksia, pitoja kuin apuvälineillä tehtäviä harjoituksia (gymstick, jumppapallo, keppi ym.).

Ti 16.45–17.30

13.9.–29.11.2022

10.1.–18.4.2023

---

### 830112 Kehonhuolto

Peuran liikuntasali

Henriikka Karttunen

Tunteja 11 sl, 14 kl

Kurssimaksu: 35,00 €

Rauhallinen kehonhuoltotunti, joka koostuu monipuolisesti lihaskunto- ja tasapainoharjoituksista, dynaamisista ja passiivisista venyttelyistä ja rentoutuksesta.

Ti 17.30–18.15

13.9.–29.11.2022

10.1.–18.4.2023

---

### 830113 Kahvakuulatreenit

Peuran liikuntasali

Henriikka Karttunen

Tunteja 16 sl, 18,67 kl

Kurssimaksu: 45,00 €

Harjoitetaan lihaskuntoa, liikkuvuutta ja kestävyys ominaisuuksia kahvakuulan kanssa. Harjoittelemme sisällä sekä ulkona.

To 17.50–18.50

15.9.–8.12.2022

12.1.–20.4.2023

### 830117 Kuntonyrkkeily

Kerkkä

Ke 17.30–19.00

Terhi Salmela

14.9.–7.12.2022

Tunteja 24 sl, 28 kl

11.1.–19.4.2023

Kurssimaksu: 60,00 €

Kuntonyrkkeily on monipuolista koko vartaloon vaikuttavaa liikuntaa, jossa samalla opit myös nyrkkeilyn ja itsepuolustuksen perusteita. Harjoitukset sisältävät lämmittelyn, venyttelyn, harjoitusosion sekä jäähdyttelyn. Ammattiopettajan turvallisessa ja tehokkaassa opetuksessa varmasti viihdyt. Alaikäraja 13 vuotta.

---

### 830204 Suomimies myös naisille

Peuran liikuntasali

Pe 11.00–17.00

Lapin liikunta

7.10.2022

Tunteja 8 sl

Ei kurssimaksua

Vaivattomat työikäisten terveystestit, joissa ei tarvitse hikoilla eikä hengästyä. Tapahtumissa mitataan käden puristusvoima, kehonkoostumus, kestävyyskunto sekä vyötärönympärys.

---

### 830205 Kunnan mummola myös papoille

Monkkari 2.0

Ma 10.00–13.00

Lapin liikunta/Vapaa-aikatoimi

10.10.2022

Tunteja 4 sl

Ei kurssimaksua

Yli 65-vuotiaille suunnattu toimintakyvyn ylläpitämiseen ja kaatumisen ehkäisyyn painottuva tapahtuma. Tarjolla toimintakyvyn testejä ja asiantuntevaa henkilökoh-  
taista palautetta ikääntyville.

### 830123 Liikkuva iltapäivä

Peuran liikuntasali

Henriikka Karttunen

Tunteja 28 sl, 30 kl

Ei kurssimaksua

1-3 -luokkalaisten sähly. Matalankynnyksen pelailua. Tavoitteena tutustua sählyn saloihin ja saada hiki pintaan.

Ma 15.00–16.30

29.8.–5.12.2022

9.1.–8.5.2023

### 830124 Liikkuva iltapäivä

Peuran liikuntasali

Henriikka Karttunen

Tunteja 26 sl, 34 kl

Ei kurssimaksua

Yläaste- ja lukioikäisten lentopallo. Tavoitteena oppia pelaamaan joukkueena hyödyntäen jokaisen pelaajan osaamista.

Ti 15.00–16.30

30.8.–29.11.2022

10.1.–9.5.2023

### 830125 Liikkuva iltapäivä

Peuran liikuntasali

Tunteja 28 sl, 34 kl

Ei kurssimaksua

Tyttökerho/Poikakerho kokoontuu vuoroviikoin.

To 15.00–16.30

1.9.–8.12.2022

12.1.–11.5.2023

### 830126 Liikkuva iltapäivä

Peuran liikuntasali

Henriikka Karttunen

Tunteja 18,67 sl, 21,33 kl

Ei kurssimaksua

3-6 -luokkalaisten sähly. Matalankynnyksen pelailua. Tavoitteena oppia pelaamaan joukkueena hyödyntäen jokaisen pelaajan osaamista.

Pe 15.00–16.00

2.9.–9.12.2022

13.1.–12.5.2023



Suomen harrastamisenmalli, **Ranua harrastaa** -kerhot lukuvuosi 2022-2023. Kerhoihin ilmoittautuminen ohjeistetaan koulujen alettua Wilman kautta. Kerhot käynnistyvät välittömästi koulupäivän päättymisen jälkeen. Osallistujille tarjotaan välipala ja kuljetusoppilaille järjestetään kyyti. Etusija kerhoihin on niillä koululaisilla, joilla ei ole säännöllistä harrastusta. Kerhojen aikataulut ja päivät vahvistuvat elokuussa.

### **Kuhan koulu**

Maanantai – Eräkerho

Tiistai – Kokkikerho

Torstai – Parkour

### **Kk:n koulu**

Maanantai – Kokkikerho

Torstai – Parkour-kerhot

Ti tai Ke – Kuviskerho

Pv auki – Mediaharrastus, Tuleville tubettajille ja striimaajille

Pv auki – Koodaus, Yhdistetään ohjelmoinnin perusteiden oppimista ja pelisuunnittelua.

### **Yläkoulu**

Maanantai - Puu-, metalli- ja rassauspaja

Maanantai - Käsityökerho

Keskiviikko – Koripallo

Torstai – Poikakerho, tyttökerho

## **KOTITALOUS**

### **810202 Matka japanilaiseen makumaailmaan**

Japanitalo

Tuija Seppänen

Tunteja 13 sl

Kurssimaksu: 25,00 €

Kurssilla perehdytään japanilaisen keittiön perusmakuihin ja valmistustapoihin. Japanilainen keittiö on monipuolinen, ja useimmat sen resepteistä suomalaisistakin raaka-aineista helposti sovellettavia. Tällä kurssilla tehdään pehmeä lasku japanilaiseen ruokakulttuuriin. Teoriaakaan unohtamatta valmistamme eri tavoin, sekä erilaisista aineksista kokonaisia aterioita (liha, kala ja vihannekset, myös vegaaniset versiot).

**Ennakkoilm.**

Pe 15–20, La 10–18

16.–17.9.2022

# MUUT KURSSIT

## 210102 Tuntiopettajain koulutus

Toivola

Rehtori Juha Siitonen

Tunteja 2 sl

Kansalaisopiston tuntiopettajien perehdyttämiskoulutus.

Ti 17.00–18.30

6.9.2022

---

## 210101 Opistotreffit 2022

Toivola, Väinämöinen

Tunteja 6 sl

Ei kurssimaksua

Posion ja Ranuan kansalaisopistot järjestävät yhteistyössä Lapin Opistopiiriin vuoden 2022 Opistotreffit 19.8.2022 Ranualla. Ohjelmassa työhyvinvointiin liittyviä työpajoja; Jälki-työpaja, Hopeatyön alkeet, Jooga, HelleWi-työpaja (teams) linkki lähetetään myöhemmin. Ilmoittautuminen 5.8.2022 mennessä.

Pe 9.45–15.00

19.8.2022

---

## 999901 Nunnia ja konnia

Rovaniemen teatteri

Anitta Jaakola

Tunteja 7 sl

Kurssimaksu: 40,00 €

Rikollisen hauska musikaalikomedia unelmista, vapaudesta sekä sisaruuden voimasta! 1990-luvun hittielokuvan musikaaliversio on valloittanut katsojat ympäri maailmaa ja nyt tämä säihkyvä musikaalikomedia nähdään Rovaniemen Teatterissa. Hulttomilla hahmoilla ja upealla musiikilla lumoava suursatsaus saa kaksoisensi-iltansa syyskuussa. Tarinassa eletään 1970-luvun loppua ja räiskyvällä laulaja Deloris Van Cartierilla on haaveena olla maailman upein discokuningatar. Musikaalin ohjaa lukuisia menestyneitä musiikkiteatteriteoksia ympäri Suomea ohjannut Rovaniemen Teatterin taiteellinen johtaja Miika Muranen ja valloittavat koreografiat ovat tamperealaisen tanssijakoreografi Elina Mäkelän käsialaa. Esityksen näyttävästä visuaalisuudesta vastaavat vierailijat lavastus- ja pukusuunnittelija Minna Välimäki sekä valosuunnittelija Mika Haaranen. Pääosassa Deloriksena vierailee mm. Helsingin Kaupunginteatterin ja Vaasan Kaupunginteatterin musikaaleissa loistanut näyttelijä Heidi Kirves. Esityksessä on kaksoismiehitys ja tiukan Abbedissan roolissa vuorottelevat Helka Periaho sekä Outi Nevanlinna. Delorikseen ihastuneena poliisina nähdään Timo Vuento sekä Juuso Nykänen. Luostarin positiivisimman nunnan Sisar Maria Patrickin roolissa vuorottelevat Siiri Partanen sekä musiikkiteatteria lukuisissa teatterissa tehnyt vierailija Anna Pukkila. Huikeassa esiintyjäkaartissa ovat mukana myös mm. Paula Miettinen, Hannu Friman, Markku Köngäs, Kari Koivukangas, Marko Syysmaa sekä teatterimme uusin kiinnitys Kaisla Ollila. Koko tätä suurta esiintyjäjoukkoa säästää kapellimestari Minna Siitosen johtama kuuden muusikon svengaava huippubändi. Kurssimaksuun sisältyy matka ja lippu esitykseen. **Ennakkoilm.** 3.10.2022 mennessä.

La 17.00–22.00

8.10.2022

## 999902 Kulttuurimatka Ahvenanmaalle

To - la 9.00–17.00  
18.–21.5.2023

**Tervetuloa Koillisopistojen yhteiselle kulttuurimatkalle Ahvenanmaalle!**

Matkapaketin hinta: 585 € / hlö, yhden hengen huone/hytti + 135 e/hlö Hintaan sisältyy: - bussikuljetukset Ranua-Posio-Kuusamo-Taivalkoski-Pudasjärvi Pohjolan matkan tilausbussilla - saaristolautat matkaohjelman mukaisesti Vuosnas-Åva, Torsholma-Hummelvik - majoitukset: saaristohotelli Gullvivan Brändö ja Hotel Park Alandia Maarianhamina, 2 hh - laivamatka Ahvenanmaa-Helsinki Silja line, B2-lk hytti (alavuoteet) - aamiaiset majapaikoissa ja laivalla, torstaina kotiruokapäivällinen hotelli Gullvivanissa, perjantaina lounas tv-kokki Micke Björklundin ravintola Smakbyssä, lauantaina lounas Käringsund Resortissa ja illallinen Stallhagenin panimolla - perjantaina opastettu kierros Bomarsundissa, muistellaan Oolannin sotaa, opastus jatkuu Kastelholman linnassa ja Jan Karlsgårdenin ulkoilmamuseossa. Päivän aikana vieraillaan myös Merikorttelissa, missä mahdollisuus tehdä ostoksia paikallisten käsityöläisten putiikeissa - lauantaina opastettu kierros Museolaiva Pommernissa ja Merenkulkumuseossa sekä Metsästys- ja kalastusmuseossa ja Riistasafarilla, kierroksen päätteeksi tutustutaan Eckerön Posti- ja Tullitaloon. Päivä päättyy panimokierroksele maistiaisineen olutpanimo Stallhagenissa. Aktiivisuuskortti ei käy. **Ennakkoilm.** 31.3.2023 mennessä.



## KUHA

### 110108 Eskarimuskari

Kuhan koulu

Cecilia Sitomaniemi

Tunteja 3 sl, 4 kl

Ei kurssimaksua

Kurkistuksia musiikin maailmaan laulun, soiton ja leikin keinoin.

To 8.30–9.15

22.9.–16.11.2022

12.1.–20.4.2023

### 830119 Miesten kuntovoimistelu ja lentopallokoulu

Kuhan koulu

Opettaja avoin

Tunteja 24 sl, 28 kl

Kurssimaksu: 60,00 €

To 19.00–20.30

15.9.–8.12.2022

12.1.–20.4.2023

## KUUKASJÄRVI

### 110414 Nuotta- ja rysäkurssi

Kyläkolmion talo

Jouko Lampela

Tunteja 40 sl, 34 kl

Kurssimaksu: 60,00 €

Nuotan ja rysän valmistus ja korjaus. Kurssilla voi tehdä myös katiskoita ja verkkoja.

**Ennakkoilm.**

To-pe 16.30–21

17.11.-9.12.2022

12.1.–28.2.2023

## RANUAN KUNNAN PUHELINLUETTELO

**Kunnanjohtaja** Tuomas Aikkila 040 539 4293

### HALLINTO-OSASTO

**Hallintojohtaja** Jaana Koukkula 040 679 1411  
Kehittämispäällikkö Mikko Pöykkö 040 662 3700  
Viestintäkoordinaattori Perttu Ruokangas 040 487 1300  
Hallintosihteeri Jenniina Juutinen 040 709 1445  
IT-asiantuntija Jaakko Lohi 040 831 4443  
IT-asiantuntija Saku Salmela 040 585 3109

### SIVISTYSOSASTO

**Sivistystoimenjohtaja** Juha Siitonen 040 544 5150

#### Kansalaisopisto

Kansalaisopiston rehtori Juha Siitonen 040 544 5150  
Kurssisuunnittelija Anitta Jaakola 040 017 6792  
Toimistosihteeri Sirpa Pyykkö 040 761 5715  
Musiikinopettaja Cecilia Sitomaniemi 040 752 2371

#### Kirjasto

Kirjastotoimenjohtaja Vesa Sarajärvi 040 867 0220  
Kirjastonhoitaja Maria Joona 040 867 0221  
Kirjaston yleisöpalvelu 040 094 9319  
Kirjastoauto Martti Laivamaa 040 039 8775

### Koulutoimi

**Aamu- ja iltapäivätoiminta** Tuula Paakkari 040 093 3604  
**Kiertävä erityisopettaja** M. Kaikkonen 040 086 1727  
**Kirkonkylän koulu rehtori** Samuli Ahonen 040 717 6597  
Toimistosihteeri Raija Niemi 040 867 0232  
Kouluterveydenhoitaja Piia Hujanen 040 092 5014  
Ruokapalveluesimies Katri Määttä 040 747 9083  
Keittiö 040 867 0245  
Siivous 040 867 0224

**Kuhan koulu** Jari Romppainen 040 867 0293  
Opettajat 040 867 0287

**Lukio rehtori vs.** Pasi Oikarinen 040 867 0231  
Toimistosihteeri Raija Niemi 040 867 0232  
Siivous 040 867 0225  
Liikunnan op. (lu, ya) 040 867 0282  
Liikunnan op. (lu, ya) M.Erkkilä-Ukkola 040 867 0283  
Koulukuraattori Susanna Pakonen 040 709 1584

**Yläaste rehtori** Susanna Tervämäki 040 069 5902

|                                        |              |
|----------------------------------------|--------------|
| Toimistosihtööri Rajja Niemi           | 040 867 0232 |
| Opo Päivi Torvinen                     | 040 483 8946 |
| Tekninen työ, Markku Kivijärvi         | 040 867 0236 |
| Yläasteen laaja-al. erit.opettaja      | 040 867 0238 |
| Opetuskeittäjä ya, Pia Ervasti         | 040 631 0302 |
| Siivous                                | 040 867 0223 |
| Kouluterv.hoitaja Annastiina Sarajärvi | 040 017 9153 |

|                                               |              |
|-----------------------------------------------|--------------|
| <b>Vapaa-aikatoimenjohtaja</b> Anitta Jaakola | 040 017 6792 |
| Nuorisotilat Monkkari 2.0                     | 040 561 6328 |
| Vapaa-aikatoimenohjaaja Senni Luoto           | 040 522 8127 |
| Etsivä nuorisotyö Heini Niemelä               | 040 099 6312 |
| Yksilövalmentaja Jenna Pirttijärvi            | 040 587 0487 |
| Ryhmävalmentaja/ohjaaja                       | 040 836 3580 |
| Projektipäällikkö/Topoteekki                  | 040 701 1021 |
| Projektityöntekijä                            | 040 645 9992 |
| Ohjaaja Henriikka Karttunen                   | 040 867 0213 |

### **Varhaiskasvatus**

|                                           |              |
|-------------------------------------------|--------------|
| Varhaiskasvatuksen johtaja Katja Paakki   | 040 018 8524 |
| Varhaiskasvatuksen lähiesimies Mari Pulju | 040 184 0229 |
| Varhaiskasvatuksen erityisopettaja.       |              |
| Heli Leppiaho                             | 040 761 5109 |
| Päiväkoti/esiopetus, Kuhan viskarit       | 040 521 2397 |
| Päiväkoti/esiopetus, Kirkonkylän viskarit | 040 482 9131 |
| Päiväkoti/esiopetus, Peurantien eskarit   | 040 843 0231 |
| Päiväkoti/esiopetus, Kanervikon eskarit   | 040 660 1855 |
| Päiväkoti, Kanervikko                     | 040 867 0230 |
| Päiväkodin keittiö, Kanervikko            | 040 867 0228 |
| Päiväkoti, Puolukka                       | 040 643 3065 |
| Karpalo –ryhmis, Kanervikko               | 040 843 0263 |
| Mustikka –ryhmis, Kanervikko              | 040 843 0236 |

### **TEKNINEN OSASTO**

|                                                          |              |
|----------------------------------------------------------|--------------|
| <b>Tekninen johtaja/rakennustarkastaja</b> Risto Niemelä | 040 704 9623 |
| Rakennusmestari Arto Niemelä                             | 040 017 6791 |
| Toimistosihtööri Viivi Sarajärvi                         | 040 635 2505 |
| Kiinteistönhoitaja Jorma Kuukasjärvi                     | 040 067 4592 |
| Kiinteistönhoitaja Voitto Sarajärvi                      | 040 067 6493 |
| Päivystävä talonmies                                     | 040 017 9152 |
| Rakennusmies Martti Jokiniemi                            | 040 670 6698 |
| Tavarankuljetusauto                                      | 040 701 3195 |
| Urheilukenttämestari Ismo Sarajärvi                      | 040 018 1765 |
| Koneenkuljettaja Eino Paakki                             | 040 701 3195 |
| <b>Palomestari</b> Jouko Erkkilä                         | 040 561 9867 |
| Asemamestari Mika Nilimaa                                | 040 687 7716 |
| <b>Nuohooja</b> Markku Saukko                            | 040 719 2753 |

**Napapiirin kuljetus Oy** 040 835 2233

## **PERUSTURVAOSASTO**

**Perusturvajohtaja** Tea Romppainen 040 514 2539

Puh. ma-to klo 10-11

Sosiaalityöntekijä Viivi Heikkilä 040 519 1737

Sosiaalityöntekijä Mari Louste 040 035 8806

Sosiaalityöntekijä Jonna Lohi 040 653 1415

Sosiaaliohjaaja Päivi Pohjanvesi 040 867 0241

Toimistosihteeri Sari Sääskilähti 040 077 1056

Toimistosihteeri Lilja Tauriainen 040 593 8149

Perhetyöntekijä Vappu Onkalo 040 037 4225

Perhetyöntekijä Tyyne Mört 040 740 5203

## **TYÖLLISTÄMISYKSIKKÖ**

**Työllisyyskoordinaattori** Veijo Illikainen 040 184 9289

Työvalmentaja Pentti Putkivaara 040 096 0785

Työvalmentaja Marja-Liisa Kortesalmi 040 730 4645

Yksilövalmentaja, Terhi Salmela 040 647 5995

## **lääkäiden palvelut**

**Palveluohjaus ja neuvonta** 040 624 9335

**Vanhuspalvelujoht.** Marketta Uimaniemi-Honkanen 040 573 0149

**Kotisairaanhoidaja** Päivi Haapala 040 017 9158

**Turvapuhelin vastaavat** 040 194 7622

ja 040 513 4475

## **Kylän tiimi**

Sairaanhoidaja Maria Hotanen 040 621 2070

Kotihoito I 040 561 9872

Kotihoito II 040 744 0638

Kotihoito III 040 194 7606

## **Vanhustentalot**

Sairaanhoidaja Salla Laivamaa 040 723 9919

Vanhustentalot I 040 739 6723

Vanhustentalot II 040 077 2397

Vanhustentalot III 040 167 7904

Vanhustentalot, keittiö 040 355 9446

## **Tehostettu palveluasuminen, Rantakoti**

Sairaanhoidaja Marja Kuha 040 086 0955

Hoitajat 040 514 4150

Siivooja 040 180 0782

Kiinteistönhoitaja Aulis Illikainen 040 867 0299

Lapsiperheiden kotipalvelu 040 765 8768

## **Työ- ja päivätoiminta**

|                                        |              |
|----------------------------------------|--------------|
| Päiväkeskus Niittyvilla, Sairaالات 4   |              |
| Erityisr.palveluvast. Kirsti Kaikkonen | 040 742 4205 |
| Päivätoiminta Anna-Liisa Väärälä       | 040 037 4229 |
| Päivätoiminta Jaana Pernu              | 040 733 2058 |
| Työtoimin.ohj. Tapani Pulkkinen        | 040 834 5799 |

## **Palvelukoti Marjukka**

### **Rantamarjukka**

|                               |              |
|-------------------------------|--------------|
| Sairaanhoitaja Raija Huovinen | 040 514 4066 |
|-------------------------------|--------------|

## **Päivikkikoti Elina Kuruaho**

|                                 |              |
|---------------------------------|--------------|
| Jonna Salmela/Virve Kaarlejärvi | 040 539 1589 |
|---------------------------------|--------------|

## **TERVEYSKESKUS**

|                           |              |
|---------------------------|--------------|
| <b>Yleinen hätänumero</b> | <b>112</b>   |
| Telefax, vastaanotto      | 016 510 6408 |

## **Poliklinikka, ajanvaraus (ma-pe klo 8-16)**

|                                        |              |
|----------------------------------------|--------------|
| Lääkärin vastaanotto                   | 016 355 9400 |
| Laboratorio, Nordlab                   | 040 635 6421 |
| Röntgen                                | 040 867 0254 |
| Välinehuolto                           | 040 867 0255 |
| Fysioterapia                           | 040 652 8836 |
| Fysioterapia Paula Petäjäjärvi         | 040 867 0298 |
| Fysioterapia Taija Witick              | 040 846 3220 |
| Avohuollon osastonhoitaja              | 040 715 1795 |
| Äitiys- ja lastenneuvola, M. Koukkula  | 040 867 0257 |
| Työterveysh. Lappica, Sirpa Illikainen | 040 670 4035 |

## **Diabetespoli, Sini Sääsilahti**

040 017 9154

## **Kouluterveydenhoitajat**

|                                     |              |
|-------------------------------------|--------------|
| Alakoulu, Piia Hujanen              | 040 092 5014 |
| Yläkoulu, lukio, Kuha, A. Sarajärvi | 040 017 9153 |

## **Hammashoitola**

|                                    |              |
|------------------------------------|--------------|
| Akuutti- ja kuntoutusosasto        | 040 867 0261 |
| (päivystys iltaisin ja viikonl.)   | 040 867 0268 |
| Kanslia, hoitajat                  |              |
| Potilaille tulevat puhelut         | 040 662 9111 |
| Osastonhoitaja Katja Piittisjärvi  | 040 867 0270 |
| Telefax, vuodeosasto               | 016 510 6407 |
| Hoitotarvikevarasto Pirjo Puominen | 040 702 0686 |

**Mielenterveystoimisto**

|                                     |              |
|-------------------------------------|--------------|
| Psyk.sairaanhoitaja Taina Ranua     | 040 674 3131 |
| Psyk.erik.sairaanhoit Janne Ukkola  | 040 664 5070 |
| Psykologi Hanna Seppälä             | 040 867 0273 |
| Puheterapeutti Riitta Lohi          | 040 032 9704 |
| Psykiatri                           | 040 867 0274 |
| Toimistosihteeri, Marjo Juotasniemi | 040 867 0275 |
| Päivystävä talonmies                | 040 017 9152 |

|                                                        |                     |
|--------------------------------------------------------|---------------------|
| <b>Eläinlääkäri, Maarit Hyypiä, puhelinaika 8-9 ja</b> | <b>040 022 1439</b> |
| vastaanotto klo 9.00-9.30                              | 016 322 8209        |
| Telefax                                                | 016 358 208         |

|                                      |                     |
|--------------------------------------|---------------------|
| <b>Terveystarkastaja, päivystävä</b> | <b>040 012 8447</b> |
|--------------------------------------|---------------------|

|                                                     |              |
|-----------------------------------------------------|--------------|
| Maaseutuasiamies Tarja Väärälä, Tervolan kunta      | 040 502 0496 |
| Johtava lomittaja Jouni Sarajärvi, Ylitornion kunta | 040 750 1262 |

**RANUAN INFRA/RANUAN VUOKRA-ASUNNOT OY**

|                                               |                     |
|-----------------------------------------------|---------------------|
| <b>Toimitusjohtaja Juha-Matti Sämskilähti</b> | <b>040 029 0887</b> |
| Toimistosihteeri Päivi Lohi                   | 040 777 5517        |
| Käyttötekniikko Paavo Laivamaa                | 040 641 3255        |
| Laitosmies Arto Kuha                          | 040 614 9955        |
| Kiinteistöhoitaja Jonne Illikainen            | 040 740 5820        |
| Kiinteistöpäivystys                           | 040 017 9152        |
| Ranuan vuokra-asunnot toimisto/laskutus       | 040 654 5999        |

**RANUAN SEUDUN MATKAILU**

|                          |              |
|--------------------------|--------------|
| Eläinpuisto, lipunmyynti | 040 517 7436 |
|--------------------------|--------------|

**MONETRA OY palvelupiste**

|                                                |              |
|------------------------------------------------|--------------|
| Palveluasiant. palkat,kirjanpito Liisa Pasanen | 040 652 6687 |
|------------------------------------------------|--------------|



Aluehallintovirasto



TAIVALKOSKI

*Tuhansien tarinoiden pitäjä*



**Kuusamo-opisto**

**Kuusamo College**



ePassi

Meillä voit maksaa  
Sportti & Kulttuuri -ePassilla.



Julkinen tiedote



**Posti Green**



Toivolan koulu  
Kirkkotie 22, 97700 Ranua

[www.ranua.fi](http://www.ranua.fi)

