**Tervetuloa kansalaisopiston kauden 2023-2024 kursseille.**

KANSALAISOPISTO, KANNONKOSKI 044 4596151 tarja.alainen@kannonkoski.fi

Löydät tästä tiedotteesta Saarijärven kansalaisopiston Kannonkosken osaston alkavat kurssit. Muistathan, että voit ilmoittautua mukaan myös muiden paikkakuntien kursseille. Kansalaisopiston kurssit ovat kaikille avoimia.

**Ilmoittautuminen on avautunut 7.8.2023 osoitteessa opistopalvelut.fi/saarijarvi**

Ilmoittautumisen peruminen on maksutonta viimeiseen ilmoittautumis-päivään saakka. Kurssimaksut laskutetaan.

Kansalaisopiston Kannonkosken osaston johtaja Tarja Alainen **päivystää kirjastolla ke 23.8.2023**

**klo 9-11** ja opastaa ilmoittautumisissa. Voit myös kysyä eduista, seteleistä ja alennuksista.

**EDUT JA ALENNUKSET**• Smartum liikunta- ja kulttuurisetelit, SmartumPay-sovellus.
• Epassi verkkomaksu.
• Palvelualojen ammattiliitto PAMin alennusseteli
• Työttömien opintosetelit - setelin voit noutaa asiointipisteestä Saarijärven kaupungintalolta tai Kannonkosken kunnantalolta / kirjastosta
 • Välkky-etu
Huomioithan, että eduilla ja alennuksilla ei Verohallinnon ohjeistuksen mukaan voi maksaa kielikursseja, ruoka- ja juomakulttuuriin liittyviä kursseja, eikä materiaali-hankintoja.
Setelit on palautettava 6.10.2023 mennessä kansalaisopiston toimistoon Saarijärvelle/Kannonkoskelle tai kurssin opettajalle (Myös SmartumPaylla ja Epassilla suoritetut maksut). Tämä jälkeen seteleitä otetaan vastaan vain opiston toimistossa Saarijärvellä, mikäli kurssimaksuja ei ole ehditty laskuttaa. Kesken lukuvuoden alkavilla kursseilla palautus on tehtävä kahden viikon sisään kurssin alkamisesta. Laskutuksen jälkeen palautettuja seteleitä ja mobiilimaksuja emme voi ottaa huomioon.

Varmista ennen SmartumPaylla ja Epassilla maksamista, että kurssi varmasti toteutuu. Kurssin peruuntuessa kansalaisopisto ei voi palauttaa työsuhde-etuuksilla maksettuja kurssimaksuja, mutta maksu voidaan lukuvuoden aikana käyttää toisen kurssin maksamiseen.

**VAKUUTUKSET**Kannonkosken kunnalla on vapaaehtoinen tapaturmavakuutus, joka on voimassa kaikissa kansalaisopiston kurssiohjelman mukaisissa opetusryhmissä. Jotta vakuutus on voimassa, sinulla tulee olla kotipaikkakunta Suomessa. Opiskelijoiden omaisuutta (esim. vaatteet / silmälasit tms.) ei ole vakuutettu.  Vakuutus on voimassa kunnan järjestämissä ja valvomissa tilaisuuksiss. Matkoilla näihin tilaisuuksiin vakuutus on voimassa vain, mikäli kunta on järjestänyt kuljetuksen. Vahingon sattuessa ole heti yhteydessä kansalaisopiston henkilökuntaan!

**TIEDOTTAMINEN**
Kursseihin liittyvistä asioista (esim. kurssin peruuntuminen, aikataulu-muutokset, viranomaistiedotteet) ilmoitamme tekstiviestillä tai sähköpostilla.

**HARRASTETAAN TERVEENÄ!**

**TAAPERON VÄRIKYLPY peruttu**

Värikylpy-työpajassa sukelletaan tutkimaan värejä ja materiaaleja kaikilla aisteilla; tunnustellen, luovasti leikkien, maistellen, haistellen ja korvia höristellen. Käyttämämme värit ovat turvallisia ja innovatiivisia moniaistisuudessaan. Työstämme myös luonnosta peräisin olevia materiaaleja. Ei siis haittaa vaikka osa maalausmateriaaleista lipsahtaisikin lapsen suuhun, mutta huomioithan lapsen mahdolliset allergiat. Pääpaino on kuvataiteissa, mutta hyödynnämme työpajassa poikkitaiteellisesti myös musiikkia ja liikettä. Lapsella tulee olla toimintaan osallistuva huoltaja mukana jokaisella kerralla. Ilmoittautuminen lapsen nimellä. Erilliset ilmoittautumiset syksyn ja kevään kursseille.

Opettaja: Alainen Tarja

Aika: Ke 17-18.30

Paikka: Kylätalo Nappula

**Syksy 2023 13.-27.9.2023 – 3 kertaa**

Kurssimaksu 25,00 e **Ilm. viim. 25.8.**

**Kevät 2024 10.-24.4.2024 – 3 kertaa**

Kurssimaksu 25,00 e **Ilm. viim. 24.3.**

**KYLÄTALON KANKAANKUDONTA JA KÄDENTAIDOT, KANNONKOSKI**

Käsinkudotun kankaan rakentaminen kangaspuihin. Kudontaan perehtyminen ja omien mallien suunnittelu. Lisäksi muita kädentaitoja, joista sovitaan yhteisesti syksyn 1. kokoontumiskerralla.

Opettaja Ahonen Katja

Aika: Ma klo 17-19.15

Paikka: Nappulan kylätalo

Aloitus: 11.9.2023

Kurssimaksu 72,00 euroa **Ilm. viim. 25.8.**

**……………………………………………………………**

**KÄSSÄKURSSI, KANNONKOSKI peruttu**

Monipuolisesti erilaisia käsityötekniikoita rennolla otteella kurssilaisten toiveet huomioiden. Painottuu lanka- ja tekstiilitöihin esim. virkkaus-ja neulontatekniikat, ompelu, punonta, himmelit, perinteiset käsityötekniikat. Hyödynnetään myös kierrätystä ja luonnonmateriaaleja.

Opettaja: Ahonen Katja

Aika: Ke 17-19.15

Paikka: Nappulan kylätalo

Aloitus: 13.9.2023

Kurssimaksu: 72,00 e **Ilm. viim. 25.8.**



**HILMONKOSKEN KÄDENTAIDOT JA KUDONTA, Kannonkoski peruttu**

Askartelua ja kudontaa kurssilaisten toiveiden mukaan. Materiaalimaksut erikseen.

Opettaja Valtonen Margit

Aika: Ti klo 13-15.15

Paikka: Hilmonkosken kylätupa

Aloitus: 12.9.2023

Kurssimaksu 62,00 euroa

**Ilm. viimeistään 25.8.2023**

**…………………………………………………………….**

**TEKNISEN TYÖN KURSSI, Kannonkoski**

Puutöitä, koriste- ja käyttöesineiden valmistusta. Ei edellytä aiempaa kokemusta puutöistä. Mahdollisuus myös pienimuotoisten metallitöiden tekemiseen.

Opettaja: Pöyhönen Markku

Aika: Ti klo 18-20.15

Paikka: Kannonkosken koulun teknisen työn tila

Aloitus: 12.9.2023

Kurssimaksu 72,00 euroa

**Ilm. viimeistään 25.8.2023**

**KUVATAIDE**

**KÄDEN TAIDOT**

KANSALAISOPISTO, KANNONKOSKI 044 4596151 tarja.alainen@kannonkoski.fi

Kannonkoskella vaihtoehtoina ovat piano, kitara, sähkökitara, sähköbasso ja lyömäsoittimet.

Muiden instrumenttien opetusta on mahdollista saada Saarijärvellä. Tällöin ilmoittaudutaan Saarijärven kurssille 110110.

Opettaja ottaa yhteyttä paikan saaneisiin ennen opetuksen alkamista. Opetusajat ovat arkipäivisin iltapäivästä iltaan. Joitakin poikkeuksia voi olla opettajasta/instrumentista riippuen. Ilmoittautuminen on sitova.

Yksilöopetuspaikan peruminen on maksutonta 25.8.2023 mennessä. Tämän jälkeen veloitamme koko kurssimaksun.

**Syyslukukausi:** 11.9.2023 - 26.11.2023
**Kevätlukukausi:** 8.1.2024 - 21.4.2024

Hinta: 15 min / 115 e / lukuvuosi tai 30 min / 210 e / lukuvuosi.

**Ilm. viimeistään 25.8.2023.**

****

**HILMONKOSKEN KYLÄLIIKUNTA,**

**KYLÄTUPA**

Tavoitteena saada lihaskunto säilymään kohtalaisena ja nivelet norjina. Jumpaten ja venytellen. Myös mieliala virkeänä.

Opettaja: Reiman Heidi

Aika: Ti klo 15.30-16.15

Paikka: Hilmonkosken kylätupa

Aloitus: 12.9.2023

Kurssimaksu 37,00 e

**Ilm. viimeistään 25.8.2023.**

……………………………………………………..

**KUNTOPIIRI, KANNONKOSKI**

Sopii kaiken tasoisille!

Opettaja: Reiman Heidi

Aika: Ti klo 17.30-18.15

Paikka: Kannonkosken koulu

Aloitus: 12.9.2023

Kurssimaksu 47,00 e

**Ilm. viimeistään 25.8.2023**

**LAULUPIIRI**

Tervetuloa laulukurssille, opettelemaan uusia yhteislauluja ja laulamaan tuttuja kappaleita yhdessä. Kurssi sopii kaikille, jotka rakastavat musiikkia. Tarjoamme rentouttavan oppimisympäristön, jossa nautimme yhdessä musiikista ja luomme yhteislaulamisen iloa.

Opettaja: Keurulainen Kari

Aika: Ti klo 17-18.30

Paikka: Kannonkosken koulu

Aloitus: 12.9.2023

Kurssimaksu 55,00 euroa

Ilm. viimeistään 25.8.2023

………………………………………………………………

**KANNONKOSKEN PELIMANNIORKESTERI**

Soitetaan pelimannimeiningillä vanhaa ja uutta tanssimusiikkia laidasta laitaan. Tervetuloa mukaan! Torstai on pääsääntöinen ilta, joskus vaihtopäivänä on tiistai tai maanantai, jotka sovitaan erikseen.

Opettaja Rekonen Mika

Aika: To klo 17.45-20.00

Paikka: Kannonkosken koulu

Aloitus: 14.9.2023

Kurssimaksu 62,00 euroa **Ilm. viim. 25.8.**

KANSALAISOPISTO, KANNONKOSKI 044 4596151 tarja.alainen@kannonkoski.fi

**MUSIIKIN YKSILÖOPETUS**

**MUSIIKIN RYHMÄOPETUS**

**KOLMEN KODAN / LAAVUN KIERROS, KANNONKOSKI**

Tämä keväinen kurssi vie sinut kolmena lauantaina kotakierrokselle kimppakyydein. Kurssihintaan sisältyy opastus, nokipannukahvit ja pientä purtavaa.

Aika: 4. - 18.5.2024
 kolmena peräkkäisenä lauantaina

Paikka:

Kokoontuminen Kannonkosken torille klo 10, josta lähdemme kimppakyydein kohteeseen.

Yksi luontokohde / retkipäivä. Kohteina ovat alustavan suunnitelman mukaan Rakennuslampi, Iso hiekka ja Koljatti. Pidätämme oikeuden muutoksiin.

Lähde mukaan tutustumaan kauniiseen luontoon ja nauttimaan keväästä yhdessä muiden luonnosta kiinnostuneiden kanssa! Sään mukainen pukeutuminen ja jalkineet.

Kurssimaksu 37,00 euroa.

**Ilmoittautuminen viimeistään 14.4.2024.**



KANSALAISOPISTO, KANNONKOSKI 044 4596151 tarja.alainen@kannonkoski.fi

**LIIKUNTA**

**LIIKUNTA**

Tärkeintä on löytää lapsen kehitysasteelle sopiva ryhmä. **Ilmoittautuminen lapsen nimellä** (huoltaja ei siis ilmoittaudu).

Opettaja: Alainen Tarja

Aika: Ke 17.30 – 18.15

Paikka: Piispala, yläsali

Aloitus: 25.10.2023

Kokoontumiset viikoilla 43-48 ja 2-7.

Kurssimaksu 37,00 e.

**Ilm. viim. 25.8.2023.**

**…………………………………………………………**

**LASTEN TEMPPUKERHO, PIISPALA**

Liikunnan riemua temppukerhossa!

4-6 -vuotiaille ja 0-2. luokkalaisille. Voit ilmoittautua mukaan, vaikka olisit vielä 3 v, jos olet osallistunut Temppukerhoon jo edellisellä kaudella. Mukaan vesipullo & sisäliikuntavaatteet. Temppuillaan paljain jaloin. Kokoontuminen Piispalan toiminta-rakennuksen ala-aulaan ennen kuutta.

Opettaja: Alainen Tarja

Aika: Ke 18.15 -19.00

Paikka: Piispala, yläsali

Aloitus: 25.10.2023

Kokoontumiset viikoilla 43-48 ja 2-7.

Kurssimaksu 37,00 e **Ilm. viim. 25.8.**

**Ilmoittautuminen lapsen nimellä.**

**TAAPERO TEMPPIS** on perheen pienimmille (1-3 v) liikkujille kohdennettu oma uusi ryhmä. Taapero temppiksessä liikutaan kontaten, kävellen, hyppien tai juosten oman tason mukaan. Kävelytaito ei ole vaatimus.

Hyödynnämme musiikkia ja erilaisia "liikuttavia" välineitä. Tavoitteena on liikunnan ilo, mutta samalla kehittyvät taidot tasapainossa, kiipeilemisessä, roikkumisessa, heittämisessä, kiinniottamisessa jne.

**Huom! Taapero temppiksessä lapsen mukana tulee olla oma huoltaja** jokaisella kerralla. Salissa on usein aluksi viileää, joten suosittelemmekin taaperoille kerrospukeutumista, jota voi sitten vähentää kun liikkuessa lämpenee. Liikkuessa paras pito lattiaan on paljain varpain tai jarrusukilla. Oma juomapullo mukaan. MUISTATHAN käydä vessassa ennen Temppistä, mikäli et käytä enää vaippaa.

Huom! Mikäli lapsi on 3 v, mutta on jo osallistunut temppukerhoon viime kaudella, niin voi jatkaa syksyllä 2023 isompien lasten Temppukerhossa.

**LIIKUNTA**

**LYHYT KURSSIT, TANSSI**

**LYHYT KURSSIT, TANSSI**

**LAVATANSSIN JATKORYHMÄ, KANNONKOSKI**

Samat päivämäärät kuin alkeissa. Ryhmä on kohdennettu jo lavatanssin alkeet hallitseville.

Syksylle ja keväälle omat kurssit. Voit ilmoittautua jompaankumpaan tai molempiin.

Molemmissa jatkoryhmissä opettajina Perälä Tarja ja Tapio.

Aika: La klo 14.30-16.00

Paikka: Kannonkosken koulun Sali

**Syksy 2023**

23.9. Foksi vapaalla ajoituksella

28.10. Chacha

25.11. Fusku

Aloitus: 23.9.2023

Kurssimaksu 25,00 e.

**Ilm. viim. 25.8.2023.**

**Kevät 2024**

20.1. Tango

17.2. Easy-jive

16.3. Musiikin tulkinta valssit

Aloitus: 20.1.2024

Kurssimaksu 25,00 e.

**Ilm. viim. 10.12.2023.**

**TANSSITREENITUNTI, KANNONKOSKI**

Tehokas, mutta helposti seurattava tanssillinen treenitunti. Tällä tunnilla saat hauskalla ja vauhdikkaalla tavalla hikeä pintaan. Sisältää eri lihasryhmiä ja koordinaatiota kehittäviä liikkeitä. Ei rakenneta koreografista sarjaa. Sisältää helppoja askelsarjoja.

Aika: Ke klo 19.30-20.15

Paikka: Kannonkosken koulun sali

Aloitus: 13.9.2022

Kurssimaksu 47,00 e

**Ilm. viim. 25.8.2023**

**JOOGA, KANNONKOSKI**

Hathajoogaa. Lihastyöskentelyn, venytysten ja hengityksen avulla esim. selkärangan notkistaminen, lihasten vahvistaminen sekä mielen rauhoittuminen. Sopii lähes kaikille rentouttamiseen ja tykyliikunnaksi. Itsehoitomenetelmä kehotietoisuuden lisäämiseen. Oma matto mukaan.

Aika: Ke 18.00-19:30

Paikka: Kannonkosken koulu sali

Aloitus: 13.9.2023

Kurssimaksu 65 e **Ilm. viim. 25.8.**

**LAVATANSSIN ALKEET, KANNONKOSKI**

Lavatanssia aloittelijoille, et tarvitse omaa paria. 2 oppituntia / kerta – jokaisella kerralla käydään läpi yksi tanssilaji.

Molemmilla alkeiskursseilla opettajina

Tarja ja Tapio Perälä

Aika: La klo 13-14.30

Paikka: Kannonkosken koulun Sali

**Syksy 2023**

23.9. Foksi

28.10. Kuviohumppa

25.11. Tango

Aloitus: 23.9.2023

Kurssimaksu 25,00 e

**Ilm. viim. 25.8.2023**

**Kevät 2024**

20.1. / Fusku

17.2. / Hidas valssi

16.3. / Bugg

Aloitus: 20.1.2024

Kurssimaksu 25,00 e.

**Ilm. viimeistään 10.12.2023.**

KANSALAISOPISTO, KANNONKOSKI 044 4596151 tarja.alainen@kannonkoski.fi

**TERVEYDENHOITO**