



MEÄN OPISTO

vuodesta 2011

Ylitornion ja Pellon kuntien
yhteinen kansalaisopisto

OPINTO-OHJELMA

MUISTILISTA

- ilmoittaudu kansalaisopiston kursseille!
- osta maitoa

Työkausi 2021–2022

ILMOITTAUTUMISOHJEET:

Ennakoilmoittautuminen alkaa 24.8.
klo 9.00 ja päättyy 7.9 klo 15.00.

Myös ilmoittautumisajan päätyttyä voi
ilmoittautua toteutuville kursseille.
Ilmoittautuessa sitoudut maksamaan koko
kurssimaksun.
**PERUMATTA JÄÄNEET KURSSIPAIKAT
LASKUTETAAN TÄYSIMÄÄRÄISINÄ.**

Ilmoittautumisvaihtoehdot:

- **Netti-ilmoittautuminen osoitteessa**
<https://www.opistopalvelut.fi/ylitornio/index.php>
- **Puhelimitse toimistoon klo 9–15**
(ei sähköposti- tai tekstiviesti-ilmoittautumisia)
- **Käynti toimistolla**
(Ylitornio/Opistotalo, Alkkulanraitti 3 ja
Pellon kunnantoinmisto Kunnantie 4)
Ilmoittautuessa tarvittavat seuraavat tiedot:
kurssinumero, osallistujan nimi, osallistujan
henkilötunnus kokonaisuudessaan, osoite,
puhelinnumero, (sähköposti). Alle 18-vuotiaan
kurssilaisen kurssimaksun maksajan/huoltajan
tietoihin tarvitaan vastaavat tiedot
- **Ilmoittautumisen peruminen:**
Ilmoittautumisen voi perua maksutta
kurssin kohdalla mainittuun viimeiseen
ilmoittautumispäivään mennessä.

TOIMISTOT:

Vt. rehtori Hanna Lintupuro
0400 244 278
Alkkulanraitti 55, 95600 Ylitornio
hanna.lintupuro@ylitornio.fi

Ylitornion toimisto
Marja-Leena Laitinen
0400 220 343
Opistotalo
Alkkulanraitti 3, 95600 Ylitornio
marja-leena.laitinen@ylitornio.fi
kansalaisopisto@ylitornio.fi

Vs. suunnittelijaopettaja
Merja Lehtonen
040 620 7414
merja.lehtonen@ylitornio.fi

Pellon toimisto
Miia Kallioinen
040 4826 302
Kunnantie 4, 95700 Pello
miia.kallioinen@pello.fi

**Opintosetelin palautus toimistoon
viimeistään 9.10.**
Myöntämisperusteet sivulla 2.
Lomakkeen palauttajat palkitaan.

Syyslukukausi 13.9.– 3.12.2021
Syysloma viikolla 42

Kevätlukukausi 10.1.–22.4.2022
Talviloma viikolla 10

Päätoimiset opettajat

Jussi Välimaa
(musiikki) 040 1962 953

Eira Virtanen
(tekstiilityö) 040 5745 025

Jorma Tuokko
(musiikki, Ylitornio) 040 5469 502

Noemi Lehtonen
(musiikki) 040 4128 163

Opinto-ohjelmalehtisen lisäksi saat lisätietoja
kurseista ja mahdollisista muutoksista Meän
Tornionlaakso-lehden opistopalstalta, opiston
Facebook-sivuilta sekä Pellon ja Ylitornion
kotisivuilta.



MEÄN OPISTO

Rehtorin terveisiä



Olen viettänyt tänään helteisen kesäpäivän Orhinselänniemessä, Pellon ja Ylitornion kunnan rajalla sijaitsevalla hiekkarannalla. Sain nauttia hyvästä seurasta, kauniista luonnosta, auringonpaisteesta ja mikä parasta lämpimästä vedestä. Olen myös kesän aikana tehnyt pieniä lomareissuja Suomessa. Koronapandemia ja toivo sen selättämisestä elää minussa vahvana. Toivon että tätä tekstiä lukiesasi nautintoni kesäpäivästä ja toiveikkuus koronan suhteen välittyy myös sinulle. On tärkeää, että meillä jokaisella on elämässämme jotakin, mistä nautimme. Se voi olla harrastus, asia tai jotakin muutakin tekemistä. Sen avulla voimaannumme ja saamme eväitä arjessa jaksamiseen. Tänään jätin pihatyöt ja siivoukset ja tein jotakin, mistä nautin. Muistathan sinäkin tehdä välillä niin ja ottaa aikaa itsellesi. Toivottavasti käsissä oleva opinto-oppaamme saa sinut ilostumaan ja auttaa sinua löytämään jotakin, mikä on sinulle mielekästä ja mistä tulet onnelliseksi.

Viime kautena osa opiston opetuksesta siirtyi etäopetukseen ja paljon jäi tunteja pitämättäkin kokonaan. Keväällä saimme järjestettyä virtuaalisen kevätjuhlan sekä virtuaalisen kädentaitojen näytelyn. Toivottavasti ne tavoittivat mahdollisimman monet teistäkin. Olemme pyrkineet mahdollisuuksien mukaan juhlistamaan 10-vuotista Meän Opistoa ja jatkamme sen juhlistamista vielä tänä syksynä. Hienosti kuntalaiset löysivät muun muassa etäjumppakalenterin ja osallistuivat useammalle etänä pidettäviin jooga- ja liikuntaryhmiin! Nyt syksyllä tarjoamme yhtä ilmaista kurssia kuntalaisille tietyistä kursseista, jotka on merkitty opinto-oppaassa Meän Opiston juhlavuosilogolla. Myös kurssimaksu-

jen palautuksista löydät alta lisäohjeistusta.

Uutena asiana koko opistokentällä on valtakunnallisesti osaamisperusteisuus, jota Meän Opistokin tulee tulevana vuosina toteuttamaan. Tämän avulla kehitämme opiston toimintaa, mutta palvelemme myös kurssilaisiamme paremmin. Käytännössä se tarkoittaa sitä, että kurssilaiset voivat halutessaan saada opiskelustaan arvioinnin ja opintopisteet niiltä kursseilta, mitkä olemme kuvanneet osaamisperusteisesti. Virallisen todistuksen kautta omaa osaamista on helpompi tuoda esille ja näistä arvioinnista on opiskelijoille hyötyä jatko-opinnoissa, sekä työelämässä.

Kuntiemme uudet luottamushenkilöt järjestäytyvät parasta aikaa ja lähetänkin kutsun kaikille uusille ja vanhoille luottamushenkilöille tulla tutustumaan Meän Opistoon, niin Ylitorniolla kuin Pellossa. Meidän omalla opistolla on kunnissamme erittäin iso rooli sosiaalisen pääoman tuottajana ja hyvinvoinnin edistäjänä. Ja nyt jos koskaan opistolla on iso ja tärkeä rooli puuttua koronaeristyksissä syntyneeseen sosiaaliseen vajeeseen. Meän Opiston tuottama hyvinvoinnin lisääminen ja vapaan sivistystyön tehtävä on tässä avainasemassa.

Katsoessani järvelle käännän ajatukset jo syksyyn. Innolla odotan, kun toimintamme jälleen käynnistyy. Meän Opisto toivottaa kaikki kuntalaiset, niin uudet kuin vanhat kurssilaiset kaikille avoimeen paikkaan! Tule nauttimaan vireään opistoomme!

Hanna Lintupuro

Vt. rehtori

Tervetuloa Meän Opiston kursseille. Yhteisen opiston myötä toivomme sinun osallistuvan opiston kursseille kylä- ja kuntarajoista välittämättä. Tarjolla on jälleen monenlaisia opintoja, niin uusia kuin tuttuakin. Opinto-ohjelmalehtisen lisäksi saat lisätietoja kursseista ja mahdollisista muutoksista Meän Tornionlaakso-lehden opistopalstalta, opiston Facebook-sivuilta sekä Pellon ja Ylitornion kotisivuilta.

Oppitunnit:

Oppitunnin pituus on 45 min. Epäselvyyksien välttämiseksi oppaassa on ilmoitettu pääsääntöisesti vain opetusaika, mutta ryhmien on huolehdittava, että työsuojelullisesti tärkeät tauot tulevat pidetyksi.

Opintoryhmän koko:

Opintoryhmien minimimäärät ovat seuraavat (ellei kurssin tiedoissa toisin mainita): kuntakeskuksissa vähintään seitsemän (7) opiskelijaa, ympäristökylissä vähintään kuusi (6) opiskelijaa sekä kielten jatkoryhmissä vähintään viisi (5) opiskelijaa.

Opisto 10 vuotta:

Juhlavuoden kunniaksi on mahdollista osallistua yhdelle kurssille ilmaiseksi. Ilmaiset kurssit toteutetaan etäopetuksena ja ne on merkitty Opisto 10 v. -kuvalla



Etäopetus:

Osassa kursseista on  -symbolilla merkittyjä, mikä tarkoittaa sitä, että kurssit ovat osittain tai kokonaan etäopetusta tai siirtyvät etänä järjestettäväksi, mikäli lähiopetus keskeytyy koronatilanteen vuoksi. Etäopetukseen osallistumiseen on mahdollisuus saada tukea ja neuvontaa opiston henkilökunnalta. Käytämme etäopetuksessa Google-Meet ohjelmaa tai Zoom ohjelmaa. Ennen opetuksen alkamista ilmoittautuneelle lähetetään selkeät ohjeet etäopetukseen osallistumisesta ja opiskelijalla on mahdollisuus saada neuvontaa opistojen toimistoissa Ylitorniolla ja Pellossa.

Opintoseteli:

Meän opisto on saanut opetus ja kulttuuriministeriöltä opintosetelityyppistä erityisavustusta. Opintoseteliavustukseen ovat oikeutettuja Pellon ja Ylitornion kunnissa asuvat seniorit, eläkeläiset, alhaisen pohjakoulutuksen omaavat ja työttömät, sekä maahanmuuttajat. Opintosetelin arvo määräytyy hakijamäärän mukaan. Opintosetelin saadakseen on hakijan itse täytettävä hakemus joka löytyy oppaan takasivulta ja toimistoista. Lisätietoja saat toimis-

toilta. Opintoseteli on palautettava toimistoon 9.10. mennessä.

Lukuvuoden 2020-21 keskeytyneiden kurssien hyvitys:

Koronatilanteen vuoksi kurssit keskeytyivät päättyneen lukuvuoden aikana. Kurssimaksut on laskutettu joko kokonaan tai osittain. Liikaa maksetut kurssimaksut hyvitetään kurssilaisille. Hyvitys tehdään lukuvuoden 2021-2022 kurssimaksuun, mutta mikäli haluat saada sen rahana, pitää asiasta ottaa yhteyttä Ylitornion toimistoon kirjallisesti tai sähköpostilla kansalaisopisto@ylitornio.fi. Viestiin nimi ja tilinumero. Alle 10 €:n hyvitystä ei palauteta.

Kulttuuri- ja liikuntasetelit:

Meän Opiston kurssin voi maksaa useimmilla käytössä olevilla kulttuuri- ja liikuntaseteleillä (mm. Tyky- tai Smartum, ePassi, Eazybreak ja Edenred). Liikuntaseteleillä voi maksaa joko yksittäisiä liikuntatunteja (5 €/h) tai koko kurssin. Kulttuurisetelillä voi maksaa opiston kädentaitojen kursseja. **Kokonaisen kurssin maksun maksamiseen opiskelijan tulee toimittaa setelit kurssin alussa ennen laskutuksen aloittamista viimeistään 9.10. mennessä toimistolle. Laskutuksen jälkeen toimitettujen seteleiden hyvittämisestä perimme 5 €:n korvauksen.** Maksut hoidetaan Ylitornion toimiston kanssa.

Kertamaksut:

Kertamaksu maksetaan ainoastaan käteisellä kurssin opettajalle, tai opiston toimistoon. Kertamaksu käy maksuna vain liikuntakursseilla, jotka on merkitty *-symbolilla (ei koske tanssikursseja).

Materiaalit:

Materiaalit sisältyvät kurssimaksuun vain lasten käsityötaiteen perusopetuksessa. Muilla kursseilla oppilaat vastaavat materiaalin hankinnoista itse. Opettaja kerää pienehköt materiaalmaksut. Suuremmat maksut laskutetaan opiston toimistosta opettajan toimittaman laskelman mukaan. Lasi- ja hopearyhmissä sekä posliiniryhmissä poltetaan vain kurssilla valmistetut esineet. Opiskelijoilla tulee olla omat pientyövälineet ja turvavarusteet (kuulosuojaimet ja suojalasit).

Opintoneuvonta:

Voit käännyä kaikissa opiston toimintaan ja opetukseen liittyvissä asioissa rehtorin, suunnittelijaopettajan, päätoimisten opettajien tai toimistojen henkilökunnan puoleen. Tuntiopettajat antavat ohjausta omien kurssien yhteydessä.

Vakuutukset:

Opiskelijoita ja kurssitoita kurssipaikoilla ja näyttelyissä ei vakuuteta opiston puolesta.

Tilaukskurssit ja myyntipalvelu:

Meän Opisto järjestää yrityksille, kunnille, työyhteisöille ja yhdistyksille räätälöityä koulutusta ja seminaareja tilaajan tarpeiden mukaan. Palvelumme sisältää koulutusohjelman suunnittelun, kouluttajien hankinnan ja koulutusjärjestelyt. Ota yhteyttä ja esitä toiveesi. Rakennamme teille sopivan koulutuspaketin.

Tentinvalvonta:

Tarjoamme mahdollisuuden valvottuun tenttiin, esim. avoimen yliopiston, yliopiston ja ammattikorkeakoulun tentit. Ota hyvissä ajoin yhteyttä toimistoomme tentinvalvonnan järjestämiseksi.

Kurssien hyväksiluku muissa oppilaitoksissa:

Opiston kursseja voi yhdistää toisen asteen opintoihin ja niistä voi saada hyväksilukuja toisen asteen oppilaitoksissa. Mikäli opiskelet toisen asteen oppilaitoksessa ja haluat anoa opistossa suoritettavia kursseja hyväksiluettavaksi, ota yhteyttä oppilaitokseesi ennen kurssin alkua ja kysy lisätietoja. Meän Opisto voi kirjoittaa sinulle pyynnöstäsi todistuksen kursseista.

Palaute ja kurssitoiveet:

Voit lähettää palautetta ja kurssitoiveita helposti suoraan Meän Opiston nettisivuilta (<http://www.ylitornio.fi/palvelut/sivistystoimi/mean-opisto/palaute-ja-kurssitoiveet.html>). Lisäksi opiston toimistoja ja opettajiamme voit lähestyä milloin vain palautteiden ja kurssitoiveiden tiimoilta. Olemme aina avoimia niille!

Koski-tietovaranto ja osaamisperusteisuus:

Meän Opisto aloittelee lukuvuonna 2021-2022 osaamisperusteisuutta, tiedotamme asiasta lisää kun asia etenee. Lisätietoja ja tutustumista osaamisperusteisuuteen löytyy:

Tunnista ja tunnusta –Opas vapaan sivistystyön osaamisperusteiden koulutuksen kuvaukseen (OKM 2020) https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162095/OKM_2020_7.pdf?sequence=1&isAllowed=y
Opas osaamisperusteiseen arviointiin vapaassa sivistystyössä <https://eperusteet.opintopolku.fi/beta/#/fi/kooste/vapaa-sivistystyo>

OPISTOPASSI

99991110 OPISTOPASSI

13.9.–3.12.2021, 10.1.–22.4.2022

Kurssimaksu 145,00 €

Opistopassilla voi osallistua kaikille opiston kursseille. Opistopassi kattaa kurssimaksut 200 € asti. Ylimenevä osa laskutetaan. Opistopassi-ilmoittautumisen lisäksi pitää ilmoittautua kursseille joille haluaa osallistua. Mikäli opistopassin hankkinut opiskelija ilmoittautuu kurssille jonka ilmoittautuminen on myöhemmin, tulee ilmoittautumisesta ilmoittaa myös jompaankumpaan toimistoon kurssimaksun hyvittämisen vuoksi. Mikäli lukuvuoden aikana haluaa opistopassia hyödyntäen käydä ryhmissä jotka ovat täynnä, opistopassi ei automaattisesti anna oikeutta kurssille osallistumiseen vaan opistopassin lunastanut on varalla niillä kursseilla joille ei ole etukäteen ilmoittautunut.

TAITEEN PERUSOPETUS

Taiteen perusopetus:

Taiteen perusopetus on ensisijaisesti lapsille ja nuorille tarkoitettua tavoitteellista ja tasolta toiselle etenevää opetusta. Meän Opisto järjestää taiteen perusopetusta käsityössä. Yleisen oppimäärän laajuus on 500 tuntia. Oppilas saa yleisen oppimäärän päättötodistuksen, kun kaikki opinnot on suoritettu.

Taiteen perusopetuksen yleinen oppimäärä muodostuu 10 opintokokonaisuudesta. Käsityön perusteiden (Pärrä) suorittaminen kestää neljä ja työpajaopinnot kolme vuotta.

1104102 KÄSITYÖKOULU PÄRRÄ I-II Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3

Ti 15.15–16.45 24.8.–14.12.2021, 11.1.–3.5.2022

Mari Honkuri, Katariina Lauri-Spets

Kurssimaksu 60,00 €

7–9-vuotiaat uudet oppilaat. Kurssimaksu sisältää materiaalit. Käsityökoulu Pärrässä tehdään kädentöitä kuvataiteissa ja tekstiilitöissä käyttäen erilaisia materiaaleja ja tekniikoita. Opetus on tavoitteellista, vuodesta toiseen etenevää ja edellyttää säännöllistä osallistumista. Jatka-vien ryhmä ja kokoontumisaika riippuu oppilasmäärästä. Ensimmäinen kerta molemmille ryhmille yhteinen klo 15.15–16.45.

1104104 KÄSITYÖKOULU PÄRRÄ III-IV Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3

Ti 16.45–18.15 24.8.–14.12.2021, 11.1.–3.5.2022

Mari Honkuri, Katariina Lauri-Spets

Kurssimaksu 60,00 €

Pärrä II käyneet ja yli 10-vuotiaat uudet oppilaat. Ensimmäinen kerta molemmille ryhmille yhteinen klo 15.15–16.45.

SIRKUS

1102221 PIKKUVIIKARIT 1–3v Pello

Pellon koulukeskus, yläkoulun liikuntasali, Koulutie 16

Ti 17.00–17.45 14.9.–3.12.2021, 10.1.–12.4.2022

Sirkus Taika-Aika

Kurssimaksu 36,00 €

Ryhmissä harrastaja kulkee aikuisen kanssa. Mukana voi vanhemman sijaan olla myös esim. isovanhempi tai kummi. Aikuinen voi vaihdella eri kerroilla. Harjoituskerroilla on ohjattua toimintaa, sirkusharjoitteita, lauluja ja erilaisia teemakertoja. Pääpaino pienten ryhmissä on vapaassa touhuamisessa. Vain lapsi ilmoittautuu kurssille.

1102222 SIRKUSTELU 4–5-vuotiaat Pello

Pellon koulukeskus, yläkoulun liikuntasali, Koulutie 16

Ti 17.45–18.30 14.9.–3.12.2021, 10.1.–12.4.2022

Sirkus Taika-Aika

Kurssimaksu 36,00 €

Ohjaajaohjoinen ryhmä, jossa lapset kulkevat ilman omia aikuisia. Ryhmissä käydään ohjaajaohjoinen läpi sirkuksen päälaajit ikäryhmään ja taitotasoon soveltaen. Päälaajit ovat akrobatia, jongleeraus, tasapainolajit ja esiintyminen. Harjoittelu on vielä leikkipainotteista.

1102223 SIRKUSRYHMÄ alle 10v Pello

Pellon koulukeskus, yläkoulun liikuntasali, Koulutie 16

Ti 18.30–19.30 14.9.–3.12.2021, 10.1.–12.4.2022

Sirkus Taika Aika

Kurssimaksu 44,00 €

Ryhmissä käydään ohjaajaohjoinen läpi sirkuksen päälaajit ikäryhmään ja taitotasoon soveltaen. Päälaajit ovat akrobatia, jongleeraus, tasapainolajit ja esiintyminen.

1102225 SIRKUSRYHMÄ yli 10-vuotiaat Pello

Pellon koulukeskus, yläkoulun liikuntasali, Koulutie 16

Ti 19.30–20.30 14.9.–3.12.2021, 10.1.–12.4.2022

Sirkus Taika-Aika

Kurssimaksu 44,00 €

Ryhmissä käydään ohjaajaohjoinen läpi sirkuksen päälaajit ikäryhmään ja taitotasoon soveltaen. Päälaajit ovat akrobatia, jongleeraus, tasapainolajit ja esiintyminen.

KIELET

1201110 SUOMEA MAAHANMUUTTAJILLE, FINNISH FOR FOREIGNERS Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3

To 18.00–20.00 16.9.–3.12.2021, 10.1.–14.4.2022

Sari Koivuniemi

Kurssimaksu 60,00 €

Kurssilla opit käytännön suomea arkipäivän tilanteita varten. Opit suomen kieleen, kulttuuriin ja työelämään liittyviä asioita sekä vahvistat omaa kielitaitoasi monipuolisten harjoitusten avulla.

1203210 ENGLANTIA MATKAILIJOILLE

Pello ja Ylitornio

Pellon koulukeskus, yläkoulu luokka 11, Koulutie 16

Ke 17.00–18.30 15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022

Anna Hakala

Kurssimaksu 53,00 €

Englantia matkailijoille -kurssilla opit käytännön englantia arkipäivän tilanteita varten. Opit muun muassa tervehtimään ja esittäytymään, asioimaan ravintolassa, hotellissa, kaupassa ja apteekissa sekä kysymään tietä ja muutenkin toimimaan englannin kieltä käyttäen. Osallistuminen ei edellytä aikaisempaa osallistumista kurssille. Kurssi pidetään hybridiopetuksena niin, että Pellossa opiskelijat kokoontuvat opettajan kanssa ja Ylitorniolla opiskelijat kokoontuvat ryhmänä opistotalolle etäyhteyden päähän.

1203211 SAKSAN ALKEET Pello ja Ylitornio

Pellon koulukeskus, yläkoulu luokka 11, Koulutie 16

Ke 18.45–20.15 15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022

Anna Hakala

Kurssimaksu 53,00 €

Guten Tag! Grüezi! Servus! Saksan kielen alkeiskurssi toimittaa sinut tervetulleeksi saksan kielen sydämeen! Aloitamme helpoista arjen aiheista ja lähestymme kielioppia kielen käyttötilanteiden kautta. Oppiminen yhdessä voi olla hauskaa, eikä uusien välineiden haltuun ottamista tarvitse jännittää. Kurssi pidetään hybridiopetuksena niin, että Pellossa opiskelijat kokoontuvat opettajan kanssa ja Ylitorniolla opiskelijat kokoontuvat ryhmänä opistotalolle etäyhteyden päähän.

1207112 ESPANJAN ALKEET, Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3

Ti 19.15–20.45 14.9.–30.11.2021, 11.1.–12.4.2022

Annika Tuohino

Kurssimaksu 53,00 €

Espanjaa täysin vasta-alkajille tai jonkun verran opiskelleille! Keskeisimpiä matkailutilanteita ja kielen perusrakenteita. Tutustumme myös espanjankieliseen maailmaan, sen kulttuuriin ja tapoihin. Oppikirjana Fantástico! 1

1207113 ESPANJAN JATKO 3 Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3

Ti 17.30–19.00 14.9.–3.12.2021, 10.1.–12.4.2022

Annika Tuohino

Kurssimaksu 53,00 €

Jatketaan Fantástico! 3 -kirjan kera.

1207211 ESPANJAN JATKO 3 Pello

Pellon koulukeskus

Ma 16.30–18.00 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

Annika Tuohino

Kurssimaksu 53,00 €

Jatketaan Fantástico! 3 -kirjan kera.



TIETOTEKNIikka

Digineuvonnassa sinulla on mahdollisuus saada yksityisopetuksena neuvontaa haluamistasi asioista esim. kännykän ja tietokoneen arjen käyttöön liittyen. Ilmoittaudu kurssille soittamalla opettaja Merja Lehtkoselle 040 620 7414. Sovitaan henkilökohtainen aika.

3401100 DIGINEUVONTA senioreille Ylitornio

Ylitornion kirjasto, Alkkulanraitti 31

Ke 15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022

Kurssimaksu 5,00 €/kerta

3401210 DIGINEUVONTA senioreille Pello

Pellon kirjasto

To 16.9.–2.12.2021, 13.1.–14.4.2022

Kurssimaksu 5,00 €/kerta

DIGIKAMERAN KÄYTTÖ

Kurssilla tullaan tutummaksi oman digitaalisen kameras kanssa. Opetellaan harjoitusten avulla kuvaamaan erilaisissa valaistuksissa ulkona- ja sisällä. Perehdytään asioihin, mitä pitäisi ottaa huomioon eri kohteita kuvatessa ja erilaisissa olosuhteissa. Katsotaan myös mitä kuville voi ja pitäisi tehdä kuvaamisen jälkeen. Kurssille voi tulla kaikenlaisten digikameroiden kanssa. Pintapuolinenkin tutustuminen omaan kameraan ja ohjekirjan tutkiminen etukäteen ovat varmasti kurssilla hyödyksi. Kurssimaksu 29,00 €. Opettajana Matti Björninen.

1103110 VALOKUVAUS DIGIKAMERALLA Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3

Ma 17.30–20.30, 11.10.–8.11.2021

1103207 VALOKUVAUS DIGIKAMERALLA Pello

Koulukeskus, lukion luokka 8,

Koulutie 16

Ma 17.30–20.30, 7.–28.2.2022



MUSIIKKI

1101100 PERHEMUSKARI Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3

Ma 17.00–17.45 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

Laura Salminen

Kurssimaksu 36,00 €

Perhemuskari 0-3-vuotiaille lapsille ja heidän vanhemmilleen/huoltajilleen. Tule nauttimaan lapsesi kanssa musiikista laulaen, leikkien, soittaen ja tanssien. Lapsi osallistuu huoltajan kanssa. Aikuinen voi vaihdella eri kerroilla. Myös saman perheen vanhempi lapsi voi ilmoittautua ja osallistua perhemuskariin. Vain lapsi ilmoittautuu kurssille.

1101101 MUSKARI 4-6-vuotiaat Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3

Ma 18.00–18.45 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

Laura Salminen

Kurssimaksu 36,00 €

Musiikkileikkejä sekä lauluja lapsille. Lapsi voi osallistua yksin tai huoltajan kanssa.

1101102 LAULU Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3

13.9.–1.12.2021, 10.1.–13.4.2022

Jorma Tuokko

Kurssimaksu 68,00 €

Yksityisopetusta 30 min/hlö/kerta. Hengitystekniikan harjoittelua, äänenmuodostusta, laulun tulkintaa ym. Lauluajat sovitaan erikseen.

1101104 NOEMIN MUSIIKKI 20 min Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3

Pe 17.9.–3.12.2021, 14.1.–22.4.2022

Noemi Lehtonen

Kurssimaksu 55,00 €

Opiskelijan valinnan mukaan pianonsoitto tai laulu. Opetusta opiskelijan tason ja toivomusten mukaisesti. Tarjottu vasta-alkajille ja hieman harrastaneille. Yksityisopetusta 20 min/oppilas/kerta. Opetusajat perjantaisin.

1101105 NOEMIN MUSIIKKI 30 min Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
Pe 17.9.–3.12.2021, 14.1.–22.4.2022

Noemi Lehtonen
Kurssimaksu 68,00 €

Opiskelijan valinnan mukaan pianonsoitto tai laulu. Opetusta opiskelijan tason ja toivomusten mukaisesti. Tarkoitettu aiemmin harrastaneille. Yksityisopetusta 30 min/oppilas/kerta. Opetusajat perjantaisin.

**1101106 SOLISTINA ORKESTERISSA Ylitornio**

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
13.9.–1.12.2021, 10.1.–13.4.2022

Jorma Tuokko
Kurssimaksu 60,00 €

Laulua "aidon" orkesterin säestyksellä. Kurssilaisille annetaan tuntien aikana henkilökohtaista opetusta. Kaikki kurssilaiset ovat yhtä aikaa kurssilla ja kun yksi vuorollaan esiintyy, ovat muut yleisönä ja voivat myös kommentoida/arvioida esiintyjän taitoja. Opettaja opastaa kurssin aikana laulussa/laulutekniikassa, orkesterin edessä laulamissa, mikrofoniin käytössä ja äänen hallinnassa ja lavaesiintymisessä. Kurssiajankohta sovitaan ilmoittautuneiden kanssa.

1101107 OPIN SOITTAMAAN -sähköiset kosketinsoittimet Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
13.9.–1.12.2021, 10.1.–13.4.2022

Jorma Tuokko
Kurssimaksu 55,00 €

Yksityisopetusta 20 min/hlö/kerta. Soittoajat sovitaan erikseen.

1101108 VAPAA SÄESTYS PIANOLLA ALKEET Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
15.9.–3.12.2021, 12.1.–22.4.2022

Jussi Välimaa
Kurssimaksu 55,00 €

Pianovaparin alkeiskurssi. Vapaata musisointia pianolla. Sointujen opettelua, sointumerkeistä soittamista. Melodian soittamista samalla säestäen. Laulun säestämistä. Improvisointia. Lähinnä kevyttä musiikkia. Kurssi on tarkoitettu vasta-alkajille ja hieman pianonsoittoa harrastaneille. Yksityisopetusta 20 min/hlö/kerta. Soittoaikoja ke-pe. Soittotunnit mahdollista pitää myös etäyhteydellä.

**1101110 VAPAA SÄESTYS PIANOLLA JATKO Ylitornio**

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
15.9.–3.12.2021, 12.1.–22.4.2022

Jussi Välimaa
Kurssimaksu 68,00 €

Vapaata musisointia pianolla. Sointujen opettelua, sointumerkeistä soittamista. Melodian soittamista samalla säestäen. Laulun säestämistä. Improvisointia. Lähinnä kevyttä musiikkia. Kurssi on tarkoitettu pianonsoittoa ja vapaata säestystä aiemmin harrastaneille. Yksityisopetusta 30 min/hlö/kerta. Soittoaikoja ke-pe. Soittotunnit mahdollista pitää myös etäyhteydellä.

**1101114 HARMONIKANSOITTO Ylitornio**

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
15.9.–3.12.2021, 12.1.–22.4.2022

Jussi Välimaa
Kurssimaksu 68,00 €

Kaikille harmonikansoitosta kiinnostuneille. Yksityisopetusta 30 min/hlö/kerta. Soittoaikoja ke-pe. Soittotunnit mahdollista pitää myös etäyhteydellä.

**1101116 KARAOKE Ylitornio**

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
Ma 17.30–20.30 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

Jorma Tuokko
Kurssimaksu 53,00 €

Karaokelaulujen tulkintaa, tekstin opettelua ym. Kurssille voi tuoda omia karaokelevyjä.

1101117 KLARINETIN- JA SAKSOFONINSOITTO Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
13.9.–3.12.2021, 10.1.–22.4.2022

Teuvo Oja
Kurssimaksu 68,00 €

Opiskelija voi valita instrumenttikseen klarinetin tai saksofonin. Oma soitin suotavaa. Lisätietoja opettaja Teuvo Ojalta, puh. 0500 562431. Yksityisopetusta 30 min/hlö/kerta. Soittoajat sovitaan erikseen.

1101118 TRUMPETINSOITTO Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
13.9.–3.12.2021, 10.1.–22.4.2022

Juhani Irva
Kurssimaksu 68,00 €

Kaikille trumpetinsoitosta kiinnostuneille. Yksityisopetusta 30 min/hlö/kerta. Oma soitin suotavaa. Lisätietoja opettaja Juhani Irvalta, puh. 040 5721130. Soittoajat sovitaan erikseen.

**1101119 KITARANSOITTO 20 min Ylitornio**

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
15.9.–3.12.2021, 12.1.–22.4.2022

Jussi Välimaa
Kurssimaksu 55,00 €

Kitaransoiton alkeita. Yksityisopetusta 20 min/hlö/kerta. Sointujen opettelua, helppoja melodioita ja säestystä. Soittoaikoja ke-pe. Soittotunnit mahdollista pitää myös etäyhteydellä.

**1101120 KITARANSOITTO 30 min Ylitornio**

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
15.9.–3.12.2021, 12.1.–22.4.2022

Jussi Välimaa
Kurssimaksu 68,00 €

Kitaransoiton alkeisjakokurssi. Tarkoitettu kitaransoittoa jo hieman harrastaneille. Yksityisopetusta 30 min/hlö/kerta. Sointujen opettelua, melodioita ja säestystä. Soittoaikoja ke-pe. Soittotunnit mahdollista pitää myös etäyhteydellä.

**1101122 BASSONSOITTO Ylitornio**

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
15.9.–3.12.2021, 12.1.–22.4.2022

Jussi Välimaa
Kurssimaksu 55,00 €

Bassonsoiton alkeita. Yksityisopetusta 20 min/hlö/kerta. Soittoaikoja ke-pe. Soittotunnit mahdollista pitää myös etäyhteydellä.

**1101124 RUMPUJEN SOITTO 20 min Ylitornio**

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
16.9.–3.12.2021, 13.1.–22.4.2022

Jussi Välimaa
Kurssimaksu 55,00 €

Yksityisopetusta 20 min/hlö/kerta. Kaikille rumpujen soittoa kiinnostuneille taitotasoon katsomatta. Soittoaikoja to-pe. Soittotunnit mahdollista pitää myös etäyhteydellä.

**1101125 RUMPUJEN SOITTO 30 min Ylitornio**

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
16.9.–3.12.2021, 13.1.–22.4.2022

Jussi Välimaa
Kurssimaksu 68,00 €

Yksityisopetusta 30 min/hlö/kerta. Tarkoitettu rumpujen soittoa aiemmin harrastaneille. Soittoaikoja to-pe. Soittotunnit mahdollista pitää myös etäyhteydellä.

**1101132 SOITTOKUNTA Ylitornio**

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
13.9.–3.12.2021, 10.1.–22.4.2022

Teuvo Oja
Kurssimaksu 44,00 €

Soittokunta kaipaa riveihinsä uusia soittajia. Soittimiakin on jonkin verran ja opetusta annetaan mahdollisuuksien mukaan. Jos olet kiinnostunut, ota yhteyttä Teuvo Ojaan puh. 0500 562431. Kokoonntumisajat sovitaan erikseen.

1101134 MIESKUORO Ylitornio

13.9.–1.12.2021, 10.1.–13.4.2022

Jorma Tuokko
Kurssimaksu 53,00 €

Äänenhuoltoa ja yhteisösoinnin harjoittelua. Mieslaulajille sovitettuja lauluja. Laulajat valitaan koelaulun perusteella. Jos olet kiinnostunut tulemaan kuoroon, ota yhteyttä Jorma Tuokkoon, puh. 040 546 9502. Kokoonntumisajat (90min/kerta) sovitaan kuoronjohtajan kanssa.

1101135 K-18 BÄNDI Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
To 18.00–19.30 16.9.–2.12.2021, 13.1.–21.4.2022

Jussi Välimaa
Kurssimaksu 53,00 €

Lähinnä tanssi- ja iskelmämusiikkia bändisoittimilla. Kokeillaan eri soittimia ja laulua. Soiton alkeet olisi hyvä hallita. Et tarvitse välttämättä omaa soitinta. Ei ikärajaa.

1101136 MEÄN LAULU -sekakuoro Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
Ke 19.00–21.15 15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022

Jorma Tuokko
Kurssimaksu 65,00 €

Meän Laulu -sekakuoro jatkaa toimintaansa. Kuoroon otetaan myös uusia laulajia koelaulun perusteella. Jos olet kiinnostunut tulemaan kuoroon, ota yhteyttä Jorma Tuokkoon, puh. 040 546 9502 tai tule paikalle ensimmäisenä kokoonntumiskertana.

1101138 KUORO Pessalompola

Pessalompola kylätalo, Raanujärventie 3779
Ke 11.30–13.00 15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022

Jorma Tuokko
Kurssimaksu 53,00 €

"Laulukööri" laulavat Järvikylät. Lauletaan vanhoja iskelmiä, kansanmusiikkia ym. kuoromusiikkia.

1101140 LASTEN LAULURYHMÄ HILPEÄT HOILOTTAJAT Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
13.9.–1.12.2021, 10.1.–13.4.2022

Jorma Tuokko
Kurssimaksu 36,00 €

Lapset laulavat yhdessä lapsille sovitettuja lauluja. Lisätietoja opettaja Jorma Tuokolta, puh. 040 546 9502. Kokoonntumisajat (45 min/kerta) sovitaan opettajan kanssa.



1101201 MUSKARI 3–6 v Pello

Pellon koulukeskus, alakoulu, Ahjotie 8
Ma 16.30–17.15 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022
Marianne Ylitalo
Kurssimaksu 36,00 €
Musiikkileikkejä sekä lauluja lapsille.

1101204 NOEMIN MUSIIKKI 20 min Pello

Pellon koulukeskus, alakoulu, Ahjotie 8
13.9.–2.12.2021, 10.1.–21.4.2022
Noemi Lehtonen
Kurssimaksu 55,00 €
Yksityispetusta 20 minuuttia/oppilas/kerta. Opiskelijan valinnan mukaan pianonsoitto tai laulu. Opetusta opiskelijan tason ja toivomusten mukaisesti. Tarkoitettu vasta-alkajille ja hieman harrastaneille. Soittoajat ma-to.

1101205 NOEMIN MUSIIKKI 30 min Pello

Pellon koulukeskus, alakoulu, Ahjotie 8
13.9.–2.12.2021, 10.1.–21.4.2022
Noemi Lehtonen
Kurssimaksu 68,00 €
Yksityispetusta 30 minuuttia/oppilas/kerta. Opiskelijan valinnan mukaan pianonsoitto tai laulu. Opetusta opiskelijan tason ja toivomusten mukaisesti. Tarkoitettu aiemmin harrastaneille. Soittoajat ma-to.

**1101206 VAPAA SÄESTYS PIANOLLA ALKEET Pello**

Pellon koulukeskus, musiikkiluokka, Koulutie 16
13.9.–30.11.2021, 10.1.–12.4.2022
Jussi Välimaa
Kurssimaksu 55,00 €
Pianovaparin alkeiskurssi. Vapaata musisointia pianolla (improvisointia, soinnuilla säestämistä eri tyyleillä, soitnumerkeistä soittamista, laulun ja melodian säestämistä). Lähinnä kevyttä musiikkia. Kurssi on tarkoitettu vasta-alkajille ja hieman pianonsoittoa harrastaneille. Soittoaika 20 min/oppilas/kerta. Soittoajat ma-ti. Soittotunnit mahdollista pitää myös etäyhteydellä.

1101208 VAPAA SÄESTYS PIANOLLA JATKO Pello

Pellon koulukeskus, musiikkiluokka, Koulutie 16
13.9.–30.11.2021, 10.1.–12.4.2022
Jussi Välimaa
Kurssimaksu 68,00 €
Vapaata musisointia pianolla (improvisointia, soinnuilla säestämistä eri tyyleillä, soitnumerkeistä soittamista, laulun ja melodian säestämistä). Lähinnä kevyttä musiikkia. Kurssi on tarkoitettu pianonsoittoa ja vapaata säestystä aiemmin harrastaneille. Soittoaika 30 min/oppilas/kerta. Soittoajat ma-ti. Soittotunnit mahdollista pitää myös etäyhteydellä.

1101210 HARMONIKANSOITTO Pello

Pellon koulukeskus, musiikkiluokka, Koulutie 16
13.9.–30.11.2021, 10.1.–12.4.2022
Jussi Välimaa
Kurssimaksu 68,00 €
Opetusta opiskelijan tason ja toivomusten mukaisesti. Harmonikansoittoa 30 minuuttia/opiskelija/kerta. Soittoajat ma-ti. Soittotunnit mahdollista pitää myös etäyhteydellä.

1101212 KITARANSOITTO 20 min Pello

Pellon koulukeskus, musiikkiluokka, Koulutie 16
13.9.–30.11.2021, 10.1.–12.4.2022
Jussi Välimaa
Kurssimaksu 55,00 €
Kitaransoiton alkeita. Helppoja melodioita, soinnuilla säestämistä. Soittoaika 20 minuuttia/oppilas/kerta. Soittoajat ma-ti. Soittotunnit mahdollista pitää myös etäyhteydellä.

1101214 KITARANSOITTO 30 min Pello

Pellon koulukeskus, musiikkiluokka, Koulutie 16
13.9.–30.11.2021, 10.1.–12.4.2022
Jussi Välimaa
Kurssimaksu 68,00 €
Alkeisjatkokurssi kitaransoittoa jo hieman harrastaneille. Melodioita, soinnuilla säestämistä. Soittoaika 30 minuuttia/oppilas/kerta. Soittoajat ma-ti. Soittotunnit mahdollista pitää myös etäyhteydellä.

1101215 RUMPUJEN SOITTO 20 min Pello

Pellon koulukeskus, musiikkiluokka, Koulutie 16
13.9.–30.11.2021, 10.1.–12.4.2022
Jussi Välimaa
Kurssimaksu 55,00 €
Opetusta opiskelijan tason ja toivomusten mukaisesti. Rumpujen soittoa 20 minuuttia/opiskelija/kerta. Soittoajat ma-ti. Soittotunnit mahdollista pitää myös etäyhteydellä.

1101216 RUMPUJEN SOITTO 30 min Pello

Pellon koulukeskus, musiikkiluokka, Koulutie 16
13.9.–30.11.2021, 10.1.–12.4.2022
Jussi Välimaa
Kurssimaksu 68,00 €
Yksityisopetusta 30 minuuttia/opiskelija/kerta. Tarkoitettu rumpujen soittoa aiemmin harrastaneille. Soittoajat ma-ti. Soittotunnit mahdollista pitää myös etäyhteydellä.

1101232 BÄNDISOITTO Pello

Pellon koulukeskus, musiikkiluokka, Koulutie 16
Ma 15.30–17.00 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022
Jussi Välimaa
Kurssimaksu 53,00 €
Musisointia bändisoittimilla. Pääasiassa pop- ja rockmusiikkia. Et tarvitse välttämättä omaa soitinta.

1101234 HARMONIKANSOITTORYHMÄ Pello

Pellon koulukeskus, musiikkiluokka, Koulutie 16
13.9.–30.12.2021, 10.1.–12.4.2022
Jussi Välimaa
Kurssimaksu 53,00 €
Harmonikansoittoa ”sopivalla porukalla”. Pääasiassa perinteistä hanurimusiikkia. Kokoonnumisajat sovitaan erikseen.

1101236 NAISKUORO REVONTULET Pello

Pellon koulukeskus, alakoulu, Ahjotie 8
Ke 18.30–20.00 15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022
Noemi Lehtonen
Kurssimaksu 53,00 €
Kuorolaulujen harjoittelua, äänenhuolto ja yhteissoinnin kehittämistä. Tervetuloa uudet kuorolaiset. Kuoroon kaivataan erityisesti sopraanoja.

1101237 RISTIVETO -LAULURYHMÄ Pello

Pellon koulukeskus, alakoulu, Ahjotie 8
Tarja Alakörkkö-Perkkiö
Kurssimaksu 44,00 €
Ristiveto on neliäänisesti laulava lauluryhmä, johon kuuluu enintään 14 laulajaa. Laulajat valitaan koelaulun perusteella. Jos olet kiinnostunut liittymään ryhmään, ota yhteyttä Tarja Alakörkkö-Perkkiöön, puh. 045 1639322. Kokoonnumisajat (syksy 5 kertaa, kevät 6 kertaa) sovitaan erikseen.

**1101238 MIESKUORO LANKOMIEHET Lankojärvi**

Kiekerö-kylätalo, Länsipuolentie 31
Ti 19.00–20.30 14.9.–30.11.2021, 11.1.–12.4.2022
Lassi Vierikko
Kurssimaksu 53,00 €
Ryhmän toimintaan kuuluu mieskuorolaulujen harjoittelu, äänenhuolto ja yhteissoinnin kehittäminen. Esiintymisiä mm. kunnan järjestämissä tilaisuuksissa.

1101239 VAHVISTETTU KVARTETTI Pello

Pellon koulukeskus, musiikkiluokka, Koulutie 16
13.9.–3.12.2021, 10.1.–22.4.2022
Esko Ala
Kurssimaksu 53,00 €
Laulujen harjoittelua, äänenhuolto ja yhteissoinnin kehittäminen. Kokoonnumisajat sovitaan erikseen.

PALVELUKOTIEN MUSIIKKITUOKIOT

Musiikkituokiot palvelukodeissa on tarkoitettu talojen asukkaille ja heidän omaisilleen ja ovat maksuttomia.

1101146 LAULUTUOKIO Jokipajun päiväkeskus Ylitornio

Jokipajun päiväkeskus, Alkkulanraitti 1
Ma 11.30–12.30 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022
Jorma Tuokko

1101147 LAULUTUOKIO Palvelutalo Ylitornio

Ylitornion palvelutalo, Taapurintie
Ma 14.00–15.00 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022
Jorma Tuokko
Joka toinen viikko.

1101240 TOIMINTAKESKUKSEN MUSIIKKI Pello

Pello, Toimintakeskus, Asematie 5. Marianne Ylitalo.
Ma 10.00–10.45 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

1101241 MUSIIKILLINEN VIRIKETOIMINTA Koivulakoti Pello

Pello, Kyllinkeidas, Vuorelantie 5-7. Marianne Ylitalo
13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

1101242 MUSIIKILLINEN VIRIKETOIMINTA Kammar Pello

Pello, Kammarin palveluasumisyksikkö, Tukitie 2
Ma 11.00–11.45 13.9.–22.11.2021, 10.1.–25.4.2022
Marianne Ylitalo.
Kokoonnuminen noin joka toinen viikko.

1101244 MUSIIKILLINEN VIRIKETOIMINTA Kotitien palvelukoti Pello

Kotitien Palvelukoti, Kotitie 3. Marianne Ylitalo
Ma 12.00–12.45 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022 .

1101245 MUSIIKILLINEN VIRIKETOIMINTA Kielaksen palvelukoti Pello

Palvelukoti Kielas, Kotitie 5
Marianne Ylitalo
Ma 14.00–14.45 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

1101246 MUSIIKILLINEN VIRIKETOIMINTA Pirtti Pello

Pello, Kyllinkeidas, Vuorelantie 5-7
Marianne Ylitalo
Ma 13.00–13.45 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

1101248 MUSIIKILLINEN VIRIKETOIMINTA Palvelukoti Iltarusko Pello

Palvelukoti Iltarusko, Ahjotie 4-6
Marianne Ylitalo
Ma 11.00–11.45 20.9.–29.11.2021, 17.1.–11.4.2022
Kokoonnuminen joka toinen viikko.

NÄYTTÄMÖTAITEET JA KIRJALLISUUS

1102210 TEATTERIRYHMÄ Pello

Pellon korkeakoulu

Ke 18.00–21.00 19.1.–17.7.2022

Kurssimaksu 78,00 €

Avoin ryhmä kaikille näyttelemisestä ja esiintymisestä kiinnostuneille ja niille jotka haluavat kokeilla uutta. Naurua, heittäytymistä ja mukavaa yhdessä tekemistä. Työstämme tulevalle kesälle kesäteatteriesityksen, samalla harjoittelemme esiintymistaitoja, äänen käyttöä ja kaikkea mikä liittyy esityksen valmistamisen prosessiin. Ilmoittaudu 4.1.2022 mennessä. Ohjaaja varmistuu myöhemmin.

KUVATAITEET

1103102 POSLIININMAALAUUS Ylitornio

Opiston pihatalo, Alkkulanraitti 3

Ke 12.00–15.00, 15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022

Anja Haapea

Kurssimaksu 53,00 €

Kurssilla voi maalata posliiniruukkuja, -tauluja, -maljakoita ym. Kurssin kokoontumiset sovitaan yhdessä. Kurssi alkaa 15.9. ja kokoontuu joka toinen viikko.

1103104 POSLIININMAALAUUS VIikonloppuisin Ylitornio

Opiston pihatalo, Alkkulanraitti 3

Pe 17.00–20.30, la-su 10.00–15.15, 17.9.–14.11.2021, 7.1.–3.4.2022

Paula Salminen

Kurssimaksu 72,00 €

Perinteistä posliininmaalausta eri tekniikoin. Kokoontuminen syksyllä 17.–19.9.2021 ja 12.–14.11.2021 ja keväällä 7.–9.1.2022 ja 11.–13.2.2022 ja 1.–3.4.2022.

1103108 KUVATAITEEN TYÖPAJA Meltosjärvi

Taide-tupa, Meltosjärvi, Yrttipolku 7

Ke 14.00–16.15, 15.9.–3.12.2021, 10.1.–19.4.2022

Pekka Syväniemi

Kurssimaksu 44,00 €

Työskennellään eri tekniikoilla, aihevalinnat vapaat. Mukaan piirustusvälineet, akvarellit ym. tarvittavat maalaustarvikkeet. Kurssi sopii aikuisille ja yli 12-vuotiaille.

1103202 KUVATAITEEN TYÖPAJA Pello

Pellon peruskoulu, kuvataideseuran tilat

To 17.30–19.45, 16.9.–3.12.2021, 10.1.–21.4.2022

Pekka Syväniemi

Kurssimaksu 65,00 €

Työskennellään eri tekniikoilla, aihevalinnat vapaat. Mukaan piirustusvälineet, akvarellit ym. tarvittavat maalaustarvikkeet. Kurssi sopii aikuisille ja yli 12-vuotiaille. Aloitustuskäynnillä 16.9. Ensimmäisellä kokoontumiskerralla sovitaan tarkemmin jatkotapaamiset.

1103205 POSLIININMAALAUUS Pello

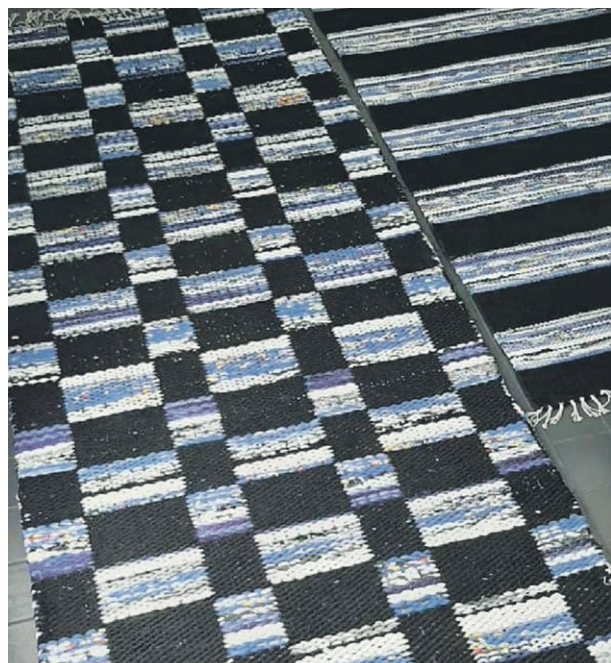
Pellon koulukeskus, kuvataiteen luokka, Koulutie 16

Ma 18.00–20.15 13.9.–3.12.2021, 10.1.–11.4.2022

Hilkka Kauvosaari

Kurssimaksu 65,00 €

Keijuja, enkeleitä, maisemia leveällä siveltimellä.



MUOTOILU, KÄDENTÄIDOT

1104100 OULUN KÄDENTAITO- JA HYVINVOINTIMESSUT

Pellon koulukeskus, alakoulu, Ahjotie 8

Su 8.00–18.00, 17.10.2021

Kurssimaksu 29,00 €

Pääsylippu oikeuttaa vierailemaan myös Hyvinvointitapahtumaan. Lisätietoa messuista: <http://www.mediapromessut.fi/messut/kadentaitomessut/oulun-kadentaitomessut-16-17-10-2021>.

Linja-auto lähtee Pellosta (Ahjotie 8) 7.00, pysähtyy Ylitornion kunnantalolla n. klo 8.00 ja lähtee takaisin Oulusta klo 15.00. Kurssimaksu sisältää matkan ja lipun messuille.

1104105 VALETAAN BETONISTA Ylitornio

Opiston pihatalo, Alkkulanraitti 3

La 9.30–16.00 2.10.2021

Eira Virtanen

Kurssimaksu 24,00 €

Valetaan betonista erilaisia esineitä ja muotoja. Laattoja, ruukkuja, tuikkualustoja, ym. Materiaalit jokainen hankkii itse.

1104110 PUNOTAAN ROTTINGISTA TAI PAJUSTA Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3

Pe 17.00–20.45, La 9.00–16.00 15.–23.10.2021

Eira Virtanen

Kurssimaksu 36,00 €

Punotaan rottingista ja pajusta koreja, vateja ja pannun alusia.

1104112 LAPINVYÖ Raanujärvi

Raanujärven koulu, Kyläniementie 153

Pe 17.30–21.00, la 9.00–16.00, su 9.00–16.00, 24.–26.9.2021

Arja Kustula

Kurssimaksu 36,00 €

Valmistetaan lapinvyöitä aidosta nahkasta. Kurssilainen voi tehdä viikonlopun aikana 3-5 kpl 8 cm:n vyöitä. Yhden vyön hinta on n. 40-45 €. Lisätietoja saat opettajalta Arja Kustula 0400 475 837.

1104113 PORON SARVISTA KORUIKSI Raanujärvi

Raanujärven koulu, Kyläniementie 153

Pe 17.30–21.00, la 9.00–16.00, su 9.00–16.00, 5.–7.11.2021

Arja Kustula

Kurssimaksu 43,00 €

Valmistetaan koruja poron sarvista. Opettajalla on sarvia myytävänä. Lisätietoja saat opettaja Arja Kustulalta 0400 475 837.



1104115 MAKRAMÉ Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3

La 10.00–16.00, 6.11.2021

Eira Virtanen

Kurssimaksu 24,00 €

Makramépunonta tai -kudonta. Punotaan opiskelijan toiveiden mukaan tuote, esim. amppeli, seinävaate, matto, tyyny jne. Opiskelija hankkii itse mieleisen materiaalin sekä lisätarvikkeet, helmet, ”kepit” seinävaatteille, renkaat ym.

1104119 MAKRAMÉ -unisiepparikurssi Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3

La 10.00–16.00 26.3.2022

Eira Virtanen

Kurssimaksu 24,00 €

Tule tekemään makramé-tekniikalla unsieppari. Lisätietoa tarvikkeista <https://opistopalvelut.fi/ylitornio/index.php> Opettaja neuvoa tarvittaessa tarvikkeiden hankinnassa.

1104129 PAJUKORISTEKURSSI Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3

La 9.00–16.00, su 9.00–16.00, 14.–15.5.2022

Kirsti Niva

Kurssimaksu 29,00 €

Punotaan pajunoksista koreja, amppeleita, köynnöstukia ja erilaisia eläinhahmoja. Jokainen poimii omat pajunsa valmiiksi. Lisätietoa tarvikkeista <https://opistopalvelut.fi/ylitornio/index.php> Ilmoittautumiset viimeistään 23.4.2022.

1104175 NUOTTA- JA RYSÄKURSSI Raanujärvi

Raanujärven Loimun talo, Pellontie 55

La 11.00–14.00, su 11.00–14.00, 15.1.–13.3.2022

Jouko Lampela

Kurssimaksu 65,00 €

Nuotan ja rysän valmistus ja korjaus. Kurssilla voi tehdä myös katiskoita ja verkkoja. Lisätietoja kurssin opettajalta Jouko Lampelalta p. 0400 690 275.

1104208 KIERRÄTYS-PUNONTA Pello

Pello koulukeskus, tekstiilityön luokka, Koulutie 16

La 10.00–16.00 22.1.2022

Eira Virtanen

Kurssimaksu 24,00 €

Kurssilla valmistetaan erilaisia käyttötuotteita kierrätysmateriaalia hyödyntäen. Kahvipussit, sanomalehdet, puhelinluettelot, kartat, kankaat jne.

1104209 TÖLKIN NIPSUKURSSI Pello

Pello koulukeskus, tekstiilityön luokka, Koulutie 16

La 9.00–16.00, pe 17.00–20.45, 18.–19.3.2022

Eira Virtanen

Kurssimaksu 29,00 €

Kurssilla valmistetaan erilaisia koruja ja asusteita tölkin nipsuista. Tölkin nipsut oppilaat keräävät itse.

1104230 NAHKARANNEKE- JA TINALANKA -korukurssi, Pello

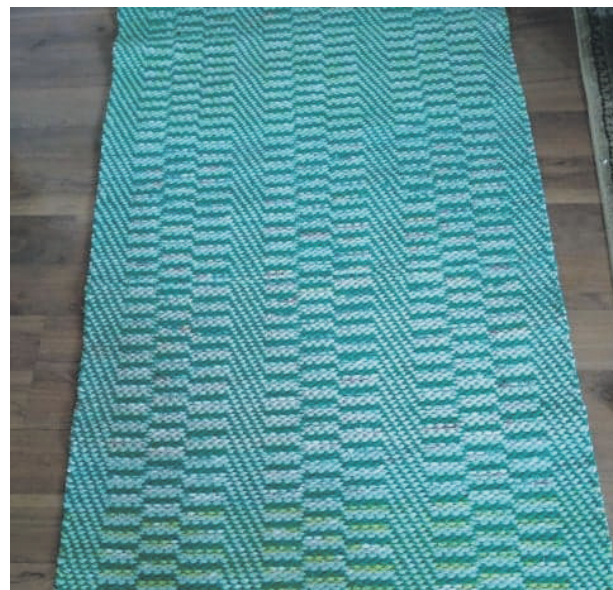
Pello koulukeskus, tekstiilityön luokka, Koulutie 16

Pe 17.00–20.45, la 9.00–16.00, 11.–12.2.2022

Eira Virtanen

Kurssimaksu 29,00 €

Tehdään koruja, rannekeita, korvakoruja, opiskelijan toiveiden mukaan. Opettaja antaa lisätietoa tarvikkeista ennen kurssin alkua.



1104133 NEULO KONEELLA Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
Ma 18.00–20.15, 4.10.–3.12.2021, 10.1.–28.3.2022
Päivi Saaritsa-Pajuniemi
Kurssimaksu 53,00 €

Neulekoneella voit neuloa pitsineuletta, joustinneuletta, värikästä kirjoneuletta tai sileää neulepintaa. Kurssilaisen käytössä on opiston 2-tasoiset neulekoneet. Kurssilla opastetaan myös neulevaatteiden kokoaminen ja viimeistely.

1104248 ISLANTILAISNEULEITA ALOITTELIJOILLE Pello

Pellon koulukeskus, kuvataiteen luokka, Koulutie 16
Ti 18.00–20.15, 14.9.–3.12.2021, 10.1.–12.4.2022
Henna Lintulahti
Kurssimaksu 65,00 €
Aloittelijoille ja vähän neuloville suunnattu neulekurssi. Voit ottaa yhteyttä lankojen hankinnassa ja neuleohjeissa Hennaan puh. 040 524 5088.



1104140 KUDONTA Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
Ti 18.30–20.4, 14.9.–3.12.2021, 10.1.–12.4.2022
Katariina Lauri-Spets
Kurssimaksu 65,00 €
Kankaankudonnassa opetellaan kudonnan kaikki vaiheet loimen luomisesta kankaanrakentamiseen ja kudontaan. Kurssilla on käytössä myös erityiskangaspuita (damasti, tietokone).

JOULUPAJAT

Virittäydytään joulun tunnelmaan touhukaassa seurassa. Kurssi koostuu työpajoista mm. havukoristepaja, joissa ohjaajina kädentaito-opettajia. Kurssin sisältö tarkentuu myöhemmin syksyllä. Lisätietoa tarvikkeista ja luonnonmateriaalien keräämisestä <https://opistopalvelut.fi/ylitornio/index.php> Kurssimaksu 29,00 €.

1104131 JOULUPAJA Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
La-su 9.00–15.00, 27.–28.11.2021
Mari Honkuri

1104210 JOULUPAJA Pello

Pello koulukeskus, tekstiilityön luokka, Koulutie 16
Pe 16.30–21.00, la 9.00–15, 15.3.–4.12.2021
Eira Virtanen

OMPELULAUANTAIT

Ommellaan trikoosta ja muista joustavista materiaaleista kurssilaisen toiveen mukaan saumurilla ja peitetikkikoneella. Opistolla on käytettävissä saumureita, ompelukoneita ja peitetikkikoneita, mutta myös oman koneen voi ottaa mukaan. Opettajana Marja-Leena Laitinen. Kurssimaksu 24,00 €

1104139 OMPELULAUANTAI Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
La 10.00–16.00, 2.10.2021

1104239 OMPELULAUANTAI Pello

Pello koulukeskus, tekstiilityön luokka, Koulutie 16
La 10.00–16.00, 9.10.2021



TILKKUTYÖ

1104120 TILKKUTYÖN VIIKONLOPPUKURSSI 1 Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
La-su 9.00–16.00, 9.–10.10.2021
Kirsti Niva
Kurssimaksu 29,00 €
Kurssilla tehdään pieniä tilkkutöitä eri tekniikoita käyttäen. Kurssi soveltuu myös aloittelijoille.

1104121 TILKKUTYÖN VIIKONLOPPUKURSSI 2 Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
La-su 9.00–16.00, 13.–14.11.2021
Kirsti Niva
Kurssimaksu 29,00 €
Kurssilla perehdytään erikoistekniikoihin ja värioppiin. Valmistetaan koriste- ja käyttötekstiilejä.

1104124 TILKKUTYÖN VIIKONLOPPUKURSSI 3 Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
La-su 9.00–16.00, 15.–16.1.2022
Kirsti Niva
Kurssimaksu 29,00 €
Tutustutaan erikoistekniikoihin ja niiden yhdistämistä perustekniikoihin.

1104125 TILKKUTYÖN VIIKONLOPPUKURSSI 4 Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
La-su 9.00–16.00, 12.–13.2.2022
Kirsti Niva
Kurssimaksu 29,00 €
Valmistetaan erilaisin tekniikoin esim. vuodenaikoja värien kautta tai esittävien töiden avulla.



VERHOILU

Verhoilussa voidaan uusia esim. nojatuolin jousitus, täytteet ja pintaverhoilu, entisöitävän tuotteen kunnosta riippuen. Älä pura vanhaa verhoilua ennen ryhmään tuloa.

1104128 VERHOILU Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
Ke 17.30–19.45, 15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022
Hilkka Kauvosaari
Kurssimaksu 65,00 €

1104232 VERHOILU A Pello

Pello koulukeskus, tekstiilityön luokka, Koulutie 16
To 13.30–16.30, 16.9.–2.12.2021, 13.1.–21.4.2022
Anne-Mai Harju
Kurssimaksu 72,00 €

1104234 VERHOILU B Pello

Pello koulukeskus, tekstiilityön luokka, Koulutie 16
To 17.15–19.30, 16.9.–2.12.2021, 13.1.–21.4.2022
Anne-Mai Harju
Kurssimaksu 65,00 €

1104237 VERHOILU C Pello

Pello koulukeskus, tekstiilityön luokka, Koulutie 16
Ti 17.00–19.15, 14.9.–30.11.2021, 11.1.–12.4.2022
Anne-Mai Harju
Kurssimaksu 65,00 €

1104238 VERHOILU D Pello

Pello koulukeskus, tekstiilityön luokka, Koulutie 16
Ke 17.00–19.15, la 9.00–15.00, 4.–25.5.2022
Anne-Mai Harju
Kurssimaksu 29,00 €
Tämä kurssi on tarkoitettu jo verhoilukurssilla olleille. Kurssilla viimeistellään kauden aikana kesken jääneet työt.



KÄSITYÖPAJAT

Käsityöpajoissa on mahdollisuus harrastaa erilaisia kädentöitä mm. kudontaa, huovutusta, värjäystä, punontaa, kankaanpainantaa, virkkausta, neulontaa, kirjontaa, tilkkutöitä, makraméta ryhmän kiinnostuksen mukaan. Lisätietoja kurssikohtaisesti <https://opistopalvelut.fi/ylitornio/index.php>

1104141 KÄSITYÖPAJA Armassaari

Armassaari (Koivula), Torniontie 760
Pe 18.00–20.15, 17.9.–3.12.2021, 10.1.–22.4.2022
Katariina Lauri-Spets
Kurssimaksu 65,00 €

1104141 KÄSITYÖPAJA Kainuunkylä

Tynin talo, Rantatie 87
Pe 15.15–17.30, 17.9.–3.12.2021, 10.1.–22.4.2022
Katariina Lauri-Spets
Kurssimaksu 65,00 €

1104142 KÄSITYÖPAJA Etelä-Portimo

Etelä-Portimon kylätalo, Kylätie
To 17.00–20.00, 30.9.–2.12.2021, 13.1.–17.3.2022
Eira Virtanen
Kurssimaksu 65,00 €
Syksyllä ja keväällä kokoontumiskertoja on 9.

1104145 KÄSITYÖPAJA Pessalompolo

Pessalompolo kylätalo, Raanujärventie 3779
Ma 16.00–18.15, 20.9.–29.11.2021, 10.1.–18.4.2022
Eira Virtanen
Kurssimaksu 65,00 €

1104146 KÄSITYÖPAJA Mellajärvi

Mellajärven kylätalo, Mellajärventie 40
To 14.00–16.15, 23.9.–2.12.2021, 13.1.–21.4.2022
Eira Virtanen
Kurssimaksu 65,00 €

1104147 KÄSITYÖPAJA Meltosjärvi

Meltosjärven koulu, Raanujärventie
Ke 14.00–16.30, 29.9.–1.12.2021, 12.1.–20.4.2022
Eira Virtanen
Kurssimaksu 65,00 €

1104149 KÄSITYÖPAJA Raanujärvi

Raanujärven koulu, Kyläniementie 153
Ke 17.00–19.30, 29.9.–1.12.2021, 12.1.–20.4.2022
Eira Virtanen
Kurssimaksu 65,00 €

1104212 KÄSITYÖPAJA Pello

Pellon korkeakoulu
Ti 17.30–19.45, 14.9.–30.11.2021, 11.1.–12.4.2022
Minna Vittikko
Kurssimaksu 65,00 €

1104213 KÄSITYÖPAJA Orajärvi

Orajärven kylätalo, Orajärventie 24 B
Ti 16.00–19.45, 21.9.–23.11.2021, 18.1.–19.4.2022
Eira Virtanen
Kurssimaksu 53,00 €
Kokoontumiskerrat joka toinen viikko.

1104214 KÄSITYÖPAJA Konttajärvi

Konttajärvi, Janne Vittikko, Meltauksentie 89 B as. 1
Ti 12.00–14.15, 14.9.–30.11.2021, 11.1.–12.4.2022
Minna Vittikko
Kurssimaksu 65,00 €

1104216 KÄSITYÖPAJA Turtola

Turtolan koulu, Torniontie 148
Ti 16.00–19.00, 14.9.–7.12.2021, 11.1.–26.4.2022
Eira Virtanen
Kurssimaksu 65,00 €

1104218 KÄSITYÖPAJA Lampsijärvi

Lampsijärven kylätalo, Kylätie 15 a
Ke 13.00–16.00, 15.9.–17.11.2021, 12.1.–23.3.2022
Minna Vittikko
Kurssimaksu 65,00 €
Kokoontumiskertoja syksyllä 9 ja keväällä 10.

PUUTYÖ

Materiaalina puu ja siitä tehdyt vapaavalintaiset työt. Kurssi ei vaadi aiempaa kokemusta joten kurssi sopii niin miehille kuin naisille taidoista riippumatta.

1104150 PUUTYÖPAJA ENSIKERTALAISILLE Ylitornio

Opiston puutyötila, Alkkulanraitti 3
Ti 17.00–19.15, 14.9.–30.11.2021, 11.1.–12.4.2022
Petri Lampinen
Kurssimaksu 65,00 €
Kurssi on tarkoitettu aloittelijoille, jotka eivät ole aiemmin vastaavilla kursseilla olleet. Sopii niin naisille kuin miehille. Ensimmäisellä kokoontumiskerralla ti 14.9.2021 klo 17:00 päätetään kurssin aikataulusta, myös kurssilaisten toiveet otetaan huomioon.

1104152 PUUTYÖPAJA Pessalompolo

Mikko Marjetan verstaas, Niemelä 21
Ke 14.00–16.15, 15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022
Mikko Marjeta
Kurssimaksu 65,00 €
Mikäli opiskelija käyttää puutyöpajan tiloja myös kurssikertojen ulkopuolella, opiskelija maksaa opintomaksun lisäksi käyttökorvausta 25 €/lukukausi Mikko Marjetalle.

1104154 PUUTYÖPAJA Ylitornio I, maanantai

Opiston puutyötila, Alkkulanraitti 3
Ma 15.15–17.30, 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022
Petri Lampinen
Kurssimaksu 65,00 €
Mikäli opiskelija käyttää puutyöpajan tiloja myös kurssikertojen ulkopuolella, laskutetaan opintomaksun lisäksi käyttökorvausta 40 €/lukukausi.

1104158 PUUTYÖPAJA Ylitornio II, torstai

Opiston puutyötila, Alkkulanraitti 3
To 17.00–19.15, 16.9.–2.12.2021, 13.1.–14.4.2022
Petri Lampinen
Kurssimaksu 65,00 €
Mikäli opiskelija käyttää puutyöpajan tiloja myös kurssikertojen ulkopuolella, laskutetaan opintomaksun lisäksi käyttökorvausta 40 €/lukukausi.

1104254 PUUTYÖT Pello

Pellon koulukeskus, teknisen käsityön luokka, Koulutie 16
Ma 18.00–20.15, 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022
Heikki Jolma
Kurssimaksu 65,00 €



PUUKON VALMISTUS

Materiaalina ovat puu, valmis terä ja nahka. Kurssin aikana tehdään puukko eri puumateriaaleista/luusta sekä puukkoon sopiva tuppi. Kurssi ei vaadi aiempaa kokemusta, joten kurssi sopii niin miehille kuin naisille taidoista riippumatta.

1104159 PUUKKOKURSSI Ylitornio

Opistotalo, Alkkulanraitti 3
Ke 18.00–20.15, 15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022
Heikki Jolma
Kurssimaksu 65,00 €

1104251 PUUKKOKURSSI Pello

Pellon koulukeskus, teknisen käsityön luokka, Koulutie 16
Ma 15.45–18.00, 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022
Heikki Jolma
Kurssimaksu 65,00 €

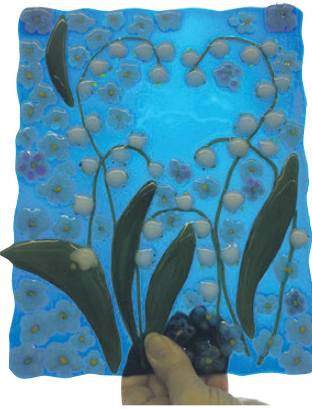
11042523 PUUKONTERÄN VALMISTUS Pello

Pellon peruskoulu, metallityön luokka, Ahjotie 8
Ti 18.00–20.15, 14.9.–23.11.2021
Yrjö Kulluvaara
Kurssimaksu 36,00 €
Puukonterän valmistus, materiaalina hiiliteräs. Taonta, hionta, karkaisu, päästö, loppukäsittely. Materiaalin voi ostaa opettajalta. Huom! Vaatetus ja käsiineet eivät saa olla paloherkkiä.



LASI-JA HOPEATYÖT

Lasi- ja hopeakurssien lasityötekniikoita Tiffany ja lasinsulatus. Taulut, vadit, kulhot; työt oman mielenkiinnon mukaan. Hopeaa työstetään monella tapaa mm. ketjut, sormukset, riipukset, taontatyöt, filigraani, kivenistutustekniikkaa ja viikinkipunnat, hopeasavi. Uusia koruja voi muokata hopea- ja alpakkalusikoista, vanhoista rahoista, entisistä koruista ja helmistä. Materiaali-info ilmoittautumisen jälkeen.



1104161 LASITYÖ JA HOPEAKORUT Mellakoski syksy
Mellakosken koulu, Sihtuunantie 17
Pe 17.30–21.00, la 9.30–15.45, 3.9.–6.11.2021
Mariaana Kola
Kurssimaksu 44,00 €
Kurssipäivät: pe-la 3.–4.9. ja pe-la 8.–9.10. ja pe-la 5.–6.11.
Pe 17.30–21.00 ja la 9.30–15.45.

1104162 LASITYÖ JA HOPEAKORUT Mellakoski kevät
Mellakosken koulu, Sihtuunantie 17
6.1.–2.4.2022
Mariaana Kola
Kurssimaksu 53,00 €
Kokoontumisajat: 6.–8.1. to-la klo 9.30–15.15, 4.–5.2., 4.–5.3 ja 1.–2.4., pe 17.30–21.00 ja la 9.30–15.45.

1104164 LASITYÖ JA HOPEAKORUT Ylitornio syksy
Opiston pihatalo, Alkkulanraitti 3
Pe 17.15–20.45, la 9.15–15.30, 27.8.–20.11.2021
Mariaana Kola
Kurssimaksu 44,00 €
Kurssipäivät 27.–28.8., 22.–23.10. ja 19.–20.11.2021.

1104165 LASITYÖ JA HOPEAKORUT Ylitornio kevät
Opiston pihatalo, Alkkulanraitti 3
28.1.–3.5.2022
Mariaana Kola
Kurssimaksu 53,00 €
pe-la 27.–28.1., pe-la 18.–19.2., pe-la 25.–26.3. ja pe-la 22.–23.4. ja 2.–3.5 ma-ti klo 17–20.45.
Pe 17.15–20.45, la 9.15–15.30, ma-ti 17.00–20.45.

1104240 HOPEATYÖ JA LUSIKAT KORUIKSI Pello syksy
Pello koulukeskus, tekstiilityön luokka, Koulutie 16
Ma-ke 16.00–21.00, 23.–25.8.2021
Mariaana Kola
Kurssimaksu 29,00 €

1104242 HOPEATYÖ JA LUSIKAT KORUIKSI Pello kevät
Pello koulukeskus, tekstiilityön luokka, Koulutie 16
Su 9.30–16.00, ma-ke 16.30–20.45, 8.–11.5.2022
Mariaana Kola
Kurssimaksu 29,00 €



JÄÄKIEKKO

Harrastejääkiekkoa ohjatusti. Pelataan harrastesäänöillä, taklaukset ja lämmit ovat kiellettyjä. Hinta sisältää jääajan ja ohjauksen, mutta ei vakuutusta. Suositeltavaa on, että jokaisella on vakuutus. Tarkista tapaturmavakuutuksesi kattavuus vakuutusyhtiöstäsi.

8301102 JOKAPOJAN JÄÄKIEKKO alle 13 v Ylitornio
Ainiovaaan jäähalli, Hiihtäjätie 1
Ma 17.00–18.30, 13.9.–3.12.2021, 10.1.–11.4.2022
Nikolai Sikorski
Kurssimaksu 53,00 €

8301103 JOKAPOJAN JÄÄKIEKKO yli 13 v Ylitornio
Ainiovaaan jäähalli, Hiihtäjätie 1
Ke 17.00–18.30, 15.9.–1.12.2021, 10.1.–13.4.2022
Nikolai Sikorski
Kurssimaksu 53,00 €

8301104 JOKAPOJAN JÄÄKIEKKO yli 30-vuotiaat
Ainiovaaan jäähalli, Hiihtäjätie 1
Ti 20.00–21.30, to 20.00–21.30, 14.9.–2.12.2021, 10.1.–7.4.2022
Juha Lahtela
Kurssimaksu 72,00 €

LIKUNNANOHJAUS

8301106 NUORTEN FUTSAL Ylitornio
Kuntotalo, liikuntahalli, Alkkulanraitti 2
Ma 17.00–18.00,
13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022
Mika Kurkela
Kurssimaksu 36,00 €
Futsal on jalkapalloa muistuttava pallopeti, jota pelataan sisällä liikuntahallissa. Kurssilla tutustutaan futsalin saloihin ja ryhmä sopii kaikille taitoihin katsomatta. Jalkaan on hyvä laittaa sisäliikuntaan sopivat matalavartiset kengät ja mukaan ottaa myös juomapullo! Nuorten futsall on tarkoitettu 13–17-vuotiaille.

8301108 KAHVAKUULA Ylitornio *
Kuntotalo, liikuntahalli, Alkkulanraitti 2
Ke 18.00–19.00
15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022
Jussi Herttuala
Kurssimaksu 44,00 €
Kahvakuula harjoittelu sopii kaikille, ikään tai sukupuoleen katsomatta. Kahvakuulan tuntirunko koostuu alkulämmittelystä, lihaskunto-osioista sekä loppujäähdyttelystä venyttelyineen. Monipuolista koko kehon lihaskuntoa sekä kestävyyttä kehittävää harjoittelua.



8301109 VESIJUMPPA Ylitornio
Ylitornion uimahalli, Alkkulanraitti 2
Ke 17.00–17.45, 15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022
Sonja Angeria
Kurssimaksu 36,00 €
Monipuolista liikuntaa vedessä, musiikin tukemana. Tunti koostuu alkulämmittelystä, lihaskunto-osioista, loppuvenyttelystä. Kurssimaksun lisäksi oppilaat maksavat itse uimahallimaksun.

8301112 SOUTUSPINNING Ylitornio

Kuntotalo, liikuntahalli, Alkkulanraitti 2
Ti 17.00–18.00, 14.9.–30.11.2021, 11.1.–12.4.2022
Laura Huhta ja Hanna Lintupuro
Kurssimaksu 44,00 €
Soutuspinning on monipuolinen liikuntamuoto, joka sopii kaikenikäisille, -kokoisille ja -kuntoisille. Tunti sisältää lihaskuntoharjoituksia, sykkeen nostoa ym. Tunnilla käydään koko kroppa läpi ja lopuksi venytellään.

8301114 KUNTOPIIRI Ylitornio *

Kuntotalo, liikuntahalli, Alkkulanraitti 2
Ma 18.00–19.00,
13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022
Jussi Herttuala
Kurssimaksu 44,00 €
Kuntopiiri on hauskaa ja tavoitteellista harjoittelua crossfit-hengessä. Sisällössä on mukana HIIT-elementtejä. Tunti on innostava ja omaa kestävyyskuntoharjoittelua motivoiva. Harjoittelussa hyödynnetään oman kehon painon ja vastuksen lisäksi erilaisia välineitä kuten kahvakuulaa, pumppitankoa ja jumppapalloa. Osallistuja voi säädellä harjoittelun tehokkuutta lisäämällä/vähentämällä toistoja ja/tai tempoa. Edellytyksenä osallistumiselle on kohtuullinen peruskunto ja -terveys. Sopii kaikenikäisille.

8301116 TYÖIKÄISTEN KEHONHALLINTAKURSSI * Ylitornio

Kuntotalo, liikuntahalli, Alkkulanraitti 2
Ke 18.00–19.00 15.9.–3.12.2021, 10.1.–13.4.2022
Laura Huhta
Kurssimaksu 44,00 €
Tule kehittämään monipuolisesti liikuntataitoja ja samalla kehittää arjessa tarvittavia motorisia taitoja ja liikkuvuutta. Tunnilla käytetään lähtökohtaisesti oman kehon painoa, toimitaan eri tasoissa ja käytetään erilaisia alustoja. Ei tarvitse tehdä kuperkeikkoja, mutta sitäkin voi mm. harjoitella. Hypitään, pyöritään ja tehdään lihaskuntoa ja kehonhuoltoa. Laajasti kehonhallintaa ja liikkuvuutta kehittäviä harjoitteita kuitenkin pilke silmäkulmassa. Kurssilla tehtäviä harjoitteita sovelletaan kunkin taitotason mukaan.

8301118 SENIOREIDEN KEHONHALLINTA Ylitornio *

Kuntotalo, liikuntahalli, Alkkulanraitti 2
Ke 17.00–18.00, 15.9.–3.12.2021, 10.1.–13.4.2022
Laura Huhta
Kurssimaksu 44,00 €
Ylläpidetään ja kehitetään arjen toimintakykyä. Kurssi toteutetaan liikuntasalissa, jossa tehdään erilaisia liikkeitä, liike yhdistelmä ja pieniä toimintaratoja. Pääteemoina ovat mm. tasapaino, havainnointikyky, kehonhallinta, suunnanmuutokset ja silmä-käsikoordinaatio esim. pallo-työskentelyä hyödyntäen. Tunnit sisältävät lihaskuntoa ja liikkuvuutta kehittäviä tehtäviä. Toiminta tapahtuu eri tasoilla - käydään myös lattialla, harjoitellaan ylös nousemista ja haetaan erilaisia pyörimissuuntia. Tavoitteena on ylläpitää arjessa tarvittavia fyysisiä taitoja. Kurssi pohjautuu Taitoc-konseptiin.



8301125 KUNTOJUMPPAA Etänä

Ke 18.00–19.00
15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022
Sonja Angeria
Kurssimaksu 44,00 €
Kuntojumppa ryhmä sopii kaikenikäisille naisille ja miehille. Kurssilla on monipuolista liikuntaa omakehonpainoa sekä erilaisia kuntoiluvälineitä hyödyntäen kuten kahvakuula, kuminauha, keppi jumppapallo jne. Tule rohkeasti mukaan kokeilemaan jumppamista etäyhteyden avulla "kotisallilla". Opetuksessa käytetään Google Meet- ohjelmaa, jonka avaamiseen tarvittavat gmailin sähköpostin. Selkeät ohjeet tunnille liittymiseen lähetetään kurssilaisen sähköpostiin. Tässä onnistut varmasti ja opastusta saat tarvittaessa.



8301127 MIESTEN LIIKUNTA Ylitornio *

Kuntotalo, liikuntahalli, Alkkulanraitti 2

Ma 18.00–19.30,

13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

Mika Kurkela

Kurssimaksu 53,00 €

Monipuolista liikuntaa miehille. Tuntirunko: Alkulämmittelyt, lihaskunto-osio, lentopallon pelaamista, loppuvenytelyt. Lihaskunto-osiossa vaihdellen vastusta oman kehon painosta kahvakuulaan. Vaihteluna myös kuntopiiri.

**8301148 HYVINVOINTIA ARJESSA Ylitornio**

Opistotalo, Alkkulanraitti 3

Ke 19.30–21.00 15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022

Sonja Angeria

Kurssimaksu 44,00 €

Hyvinvointiryhmä elämäntapamuutosta ja aktivointia haluaville. Saat ohjausta ruokailu- ja elintapavalintoihin sekä aktiivisuuden liikkumiseen totutteluun. Kurssilla huomioidaan henkilökohtaisia toiveita liikunnan ja ruokavalioiden suhteen esim. ketogeeninen ruokavalio. Kurssiin sisällytetään myös ruoanlaittoa ja liikuntatuokioita.

8301149 KEHONHUOLTO liikkuvuus-harjoittelu ja putkirullaus Ylitornio *

Ylitornion yhteiskoulun lukio, Parkkitie 1

To 19.00–20.15

16.9.–2.12.2021, 13.1.–14.4.2022

Sonja Angeria

Kurssimaksu 44,00 €

Oman kehon toiminnallisuuden kehittämistä ja vahvistamista. Liikeratojen laajuutta, nivelten toimivuutta ja lihaskuntaa. Erityisesti keskivartalon tukea. Liikesarjoja venyttelyn, pilateksen ja joogan maailmasta. Käytetään myös kehonhuoltovälineitä mm. putkirullaa. Ei repivää rääkkiä eikä vaadi lähtötasoa. Kurssilla käytössä 15 putkirullaa, jos on oma rulla, voit ottaa mukaan. Mikäli koronaviruspandemian tilanne pahenee ja joudumme keskeyttämään lähiopetuksen kesken kauden, kurssi jatkuu etänä Google Meetin kautta.

**8301150 KEHONHUOLTOA SENIOREILLE Ylitornio ***

Kuntotalo, liikuntahalli, Alkkulanraitti 2

Ma 10.45–11.45

13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

Sonja Angeria

Kurssimaksu 44,00 €

Oman kehon toiminnallisuuden kehittämistä ja vahvistamista. Parannetaan nivelten toimivuutta ja lihaskuntaa. Ei repivää rääkkiä eikä vaadi lähtötasoa.

8301165 TUOLIJUMPPA Palvelutalo, Ylitornio

Ylitornion palvelutalo, Taapurintie

Ti 10.00–11.30, 14.9.–3.12.2021, 10.1.–12.4.2022

Raimo Tolonen

Tuolijumppaa ym. monipuolista liikuntaa miehille ja naisille. Jumppaan voivat osallistua palvelutalon asukkaat, omaiset ja henkilökunta. Jumppa on osallistujille maksuton.

8301208 LIIKUNTAMIX Juoksenki *

Juoksengin nuorisotalo, Ratasjärventie 4

Ke 18.00–19.15, 15.9.–3.12.2021, 10.1.–13.4.2022

Raimo Tolonen

Kurssimaksu 44,00 €

Monenlaista liikuntaa laidasta laitaan paikan olosuhteita hyödyntäen. Suunnitellaan tarkemmin 1. kerralla yhdessä osallistujien kanssa. Ulkoliikunnassa, sauvakävely, kävelyjumppa, retkeily yms. Sisäliikunnassa senioritanssia, lavatanssia, erilaista musiikkiliikuntaa, palloilua, kuntopallo, kuntopiiri, keppijumppa, kahvakuulatreeniä yms.

8301210 LIIKUNTAMIX Turtola *

Turtolan koulu, Torniontie 148

Ke 19.00–20.00, 15.9.–3.12.2021, 10.1.–13.4.2022

Maija Rautio

Kurssimaksu 44,00 €

Liikunnan tehokurssi, jossa on mahdollista kokeilla eri liikuntamuotoja osallistujien toiveet huomioiden.

8301212 MIESTEN LIIKUNTA / ÄIJÄJUMPPA Turtola *

Turtolan koulu, Torniontie 148

To 17.30–18.45, 16.9.–3.12.2021, 10.1.–14.4.2022

Marja-Riitta Matti

Kurssimaksu 44,00 €

Monipuolista liikuntaa liikuntamix -tyyppisesti.

8301216 LENTOPALLO Lankojärvi

Lankojärven koulu, Länsipuolentie 42

La 16.00–18.00, 18.9.–3.12.2021, 10.1.–16.4.2022

Rauno Ylpeura

Kurssimaksu 60,00 €

Aikuisten lentopalloa Lankojärven koululla.

8301220 KAHVAKUULA Pello *

Pellon koulukeskus, yläkoulun liikuntasali, Koulutie 16

Ma 18.00–19.00, 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

Anna Hakala

Kurssimaksu 44,00 €

Kahvakuulailu on monipuolista toiminnallista harjoittelua, joka sopii kaikille ikään, kuntoon tai kokemukseen katsomatta. Kahvakuulailu parantaa paitsi lihaskuntaa ja kestävyyttä, se harjoittaa myös tasapainoa ja koordinaatiota. Liikkuvuuden ylläpitäminen on tärkeää myös iän karttuessa. Liikesarjat ovat aivan aloittelijallekin helppoja oppia ja variaatioilla saadaan haasteita kaipaaville samoihin sarjoihin lisätehoja. Harjoittelemme pääosin ulkosalla, joten kuulaan saa rennon tuntuman ja mieli rauhoittuu seuraamaan vuodenvaihtoa luonnossa. Lisäksi ulkona liikuminen on korona-aikanakin turvallista.

**8301221 TOIMINNALLINEN HARJOITTELU Pello**

Pellon koulukeskus, yläkoulun liikuntasali, Koulutie 16

Ke 17.00–18.30, 15.9.–3.12.2021, 10.1.–13.4.2022

Mika Huttu

Kurssimaksu 53,00 €

Kurssi on suunnattu kaikenikäisille. Alle 16-vuotiailla tulee olla vanhempien hyväksyntä harjoitteisiin. Yläikärajan määrittää henkilön valmius suorittaa harjoitteita 1,5h. Lähtökohtaisesti osallistuvilta henkilöiltä vaaditaan halua kehittyä, olipa kyseessä kunnon kohottaminen, painon pudottaminen tai aktiivisuustason parantaminen. Lisätietoa <https://opistopalvelut.fi/ylitornio/index.php>

JÄRVIKYLIEN LIIKUNTARYHMÄT

Liikuntaryhmä miehille ja naisille. Tunneilla pidetään kehonhuoltoa ja venyttelyä, sekä rauhallista liikuntaa kurssilaisten toiveita kuunnellen. Mikäli koronaviruspandemian tilanne pahenee ja joudumme keskeyttämään lähiopetuksen kesken kauden, liikuntaryhmä jatkuu keskiviikkoisin Google Meetin kautta klo 18–19. Opettajana Sonja Angeria. Kurssimaksu 44,00 €.

8301120 LIIKUNTARYHMÄ Meltosjärvi *

Meltosjärven koulu, Raanujärventie

Ma 15.45–16.45

13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

**8301122 LIIKUNTARYHMÄ Mellakoski ***

Mellakosken koulu, Sihtuunantie 17

Ma 19.15–20.15

13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

**8301124 LIIKUNTARYHMÄ Raanujärvi ***

Raanujärven Loimun talo, Pellontie 55

Ma 17.15–18.15

13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

**LAVIS**

Lavis on helppo, hauska ja mukaansa tempaava liikuntamuoto, jossa yhdistyvät lavatanssiaskleet ja tuttu perinteinen jumppa. Lavatanssien tunnelmiin vievät tutut musiikit ja lavatanssilajit kuten valssi, humppa, jenkka, rock/jive, cha cha ja samba. Tanssitaan yksin, joten kukaan ei pääse tallomaan varpaille.

8301126 LAVIS Lavatanssijumppa Ylitornio *

Kuntotalo, liikuntahalli, Alkkulanraitti 2

Ke 17.15–18.15 15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022

Jenny Lakkapää

Kurssimaksu 44,00 €

**8301225 LAVIS Lavatanssijumppa Pello ***

Pello, Ponnen urheilutalo, Kenttätie 2

To 17.00–17.45 16.9.–3.12.2021, 10.1.–21.4.2022

Suvi Mäkipörhölä

Kurssimaksu 36,00 €

**KUNTOSALIOHJAUS**

Mitä tehdä punttisalilla ja miten. Opastus ja oikeat tekniikat. Mikäli kurssin opiskelijoiden maksimi täyttyy, ilmoittaudu varalle. Mikäli varallaolijoita on paljon, järjestetään päiväryhmä, johon on mahdollisuus siirtyä. Opettajana Nikolai Sikorski. Kurssimaksu 44,00 €

8301151 OHJATTU KUNTOSALI NAISILLE tiistai Ylitornio

Kuntotalo, punttisali, Alkkulanraitti 2

Ti 18.30–19.30, 14.9.–3.12.2021, 10.1.–12.4.2022

8301152 OHJATTU KUNTOSALI NAISILLE torstai Ylitornio

Kuntotalo, punttisali, Alkkulanraitti 2

To 18.30–19.30, 16.9.–3.12.2021, 10.1.–21.4.2022

8301153 OHJATTU KUNTOSALI MIEHILLE Ylitornio

Kuntotalo, punttisali, Alkkulanraitti 2

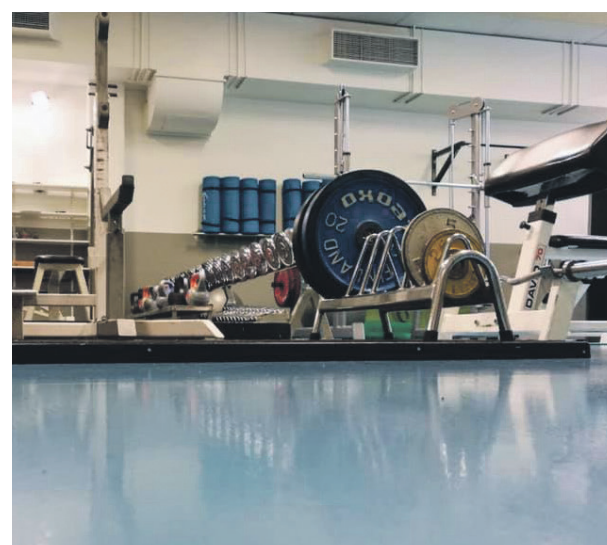
Ti 17.30–18.30 14.9.–3.12.2021, 1.1.–12.4.2022

8301154 KUNTOSALI MIEHILLE jatko Ylitornio

Kuntotalo, punttisali, Alkkulanraitti 2

To 17.30–18.30 16.9.–3.12.2021, 10.1.–22.4.2022

Monipuolista lihaskuntoharjoitusta miehille.

**KUNTOSALIHARJOITTELUN ALKEET**

Kurssilla perehdytään kuntosaliharjoittelun alkeisiin sekä lihaskuntoharjoittelua tukevaan ruokavalioon. Kurssi on suunnattu henkilöille joilla ei ole aikaisempaa kokemusta kuntosaliharjoittelusta. Kurssimaksu 29,00 €.

8301222 KUNTOSALIHARJOITTELUN ALKEET - päiväryhmä Pello

Ma 13.00–14.00, 13.9.–1.11.2021

Wellness Sentteri Oy

8301223 KUNTOSALIHARJOITTELUN ALKEET - iltaryhmä Pello

Ma 17.00–18.00, 13.9.–1.11.2021

Wellness Sentteri Oy

8301127 MIESTEN LIIKUNTA Ylitornio *

Kuntotalo, liikuntahalli, Alkkulanraitti 2

Ma 18.00–19.30,

13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

Mika Kurkela

Kurssimaksu 53,00 €

Monipuolista liikuntaa miehille. Tuntirunko: Alkulämmittelyt, lihaskunto-osio, lentopallon pelaamista, loppuvenytelyt. Lihaskunto-osiossa vaihdellen vastusta oman kehon painosta kahvakuulaan. Vaihteluna myös kuntopiiri.

**8301148 HYVINVOINTIA ARJESSA Ylitornio**

Opistotalo, Alkkulanraitti 3

Ke 19.30–21.00 15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022

Sonja Angeria

Kurssimaksu 44,00 €

Hyvinvointiryhmä elämäntapamuutosta ja aktivointia haluaville. Saat ohjausta ruokailu- ja elintapavalintoihin sekä aktiivisuuden liikkumiseen totutteluun. Kurssilla huomioidaan henkilökohtaisia toiveita liikunnan ja ruokavalioiden suhteen esim. ketogeeninen ruokavalio. Kurssiin sisällytetään myös ruoanlaittoa ja liikuntatuokioita.

8301149 KEHONHUOLTO liikkuvuus-harjoittelu ja putkirullaus Ylitornio *

Ylitornion yhteiskoulun lukio, Parkkitie 1

To 19.00–20.15

16.9.–2.12.2021, 13.1.–14.4.2022

Sonja Angeria

Kurssimaksu 44,00 €

Oman kehon toiminnallisuuden kehittämistä ja vahvistamista. Liikeratojen laajuutta, nivelten toimivuutta ja lihaskuntaa. Erityisesti keskivartalon tukea. Liikesarjoja venyttelyn, pilateksen ja joogan maailmasta. Käytetään myös kehonhuoltovälineitä mm. putkirullaa. Ei repivää rääkkiä eikä vaadi lähtötasoa. Kurssilla käytössä 15 putkirullaa, jos on oma rulla, voit ottaa mukaan. Mikäli koronaviruspandemian tilanne pahenee ja joudumme keskeyttämään lähiopetuksen kesken kauden, kurssi jatkuu etänä Google Meetin kautta.

**8301150 KEHONHUOLTOA SENIOREILLE Ylitornio ***

Kuntotalo, liikuntahalli, Alkkulanraitti 2

Ma 10.45–11.45

13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

Sonja Angeria

Kurssimaksu 44,00 €

Oman kehon toiminnallisuuden kehittämistä ja vahvistamista. Parannetaan nivelten toimivuutta ja lihaskuntaa. Ei repivää rääkkiä eikä vaadi lähtötasoa.

8301165 TUOLIJUMPPA Palvelutalo, Ylitornio

Ylitornion palvelutalo, Taapurintie

Ti 10.00–11.30, 14.9.–3.12.2021, 10.1.–12.4.2022

Raimo Tolonen

Tuolijumppaa ym. monipuolista liikuntaa miehille ja naisille. Jumppaan voivat osallistua palvelutalon asukkaat, omaiset ja henkilökunta. Jumppa on osallistujille maksuton.

8301208 LIIKUNTAMIX Juoksenki *

Juoksengin nuorisotalo, Ratasjärventie 4

Ke 18.00–19.15, 15.9.–3.12.2021, 10.1.–13.4.2022

Raimo Tolonen

Kurssimaksu 44,00 €

Monenlaista liikuntaa laidasta laitaan paikan olosuhteita hyödyntäen. Suunnitellaan tarkemmin 1. kerralla yhdessä osallistujien kanssa. Ulkoliikunnassa, sauvakävely, kävelyjumppa, retkeily yms. Sisäliikunnassa senioritanssia, lavatanssia, erilaista musiikkiliikuntaa, palloilua, kuntopallo, kuntopiiri, keppijumppa, kahvakuulatreeniä yms.

8301210 LIIKUNTAMIX Turtola *

Turtolan koulu, Torniontie 148

Ke 19.00–20.00, 15.9.–3.12.2021, 10.1.–13.4.2022

Maija Rautio

Kurssimaksu 44,00 €

Liikunnan tehokurssi, jossa on mahdollista kokeilla eri liikuntamuotoja osallistujien toiveet huomioiden.

8301212 MIESTEN LIIKUNTA / ÄIJÄJUMPPA Turtola *

Turtolan koulu, Torniontie 148

To 17.30–18.45, 16.9.–3.12.2021, 10.1.–14.4.2022

Marja-Riitta Matti

Kurssimaksu 44,00 €

Monipuolista liikuntaa liikuntamix -tyyppisesti.

8301216 LENTOPALLO Lankojärvi

Lankojärven koulu, Länsipuolentie 42

La 16.00–18.00, 18.9.–3.12.2021, 10.1.–16.4.2022

Rauno Ylipeura

Kurssimaksu 60,00 €

Aikuisten lentopalloa Lankojärven koululla.

8301220 KAHVAKUULA Pello *

Pellon koulukeskus, yläkoulun liikuntasali, Koulutie 16

Ma 18.00–19.00, 13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

Anna Hakala

Kurssimaksu 44,00 €

Kahvakuulailu on monipuolista toiminnallista harjoittelua, joka sopii kaikille ikään, kuntoon tai kokemukseen katsomatta. Kahvakuulailu parantaa paitsi lihaskuntaa ja kestävyyttä, se harjoittaa myös tasapainoa ja koordinaatiota. Liikkuvuuden ylläpitäminen on tärkeää myös iän karttuessa. Liikesarjat ovat aivan aloittelijallekin helppoja oppia ja variaatioilla saadaan haasteita kaipaaville samoihin sarjoihin lisätehoja. Harjoittelemme pääosin ulkosalla, joten kuulaan saa rennon tuntuman ja mieli rauhoittuu seuraamaan vuodenvaihtoa luonnossa. Lisäksi ulkona liikuminen on korona-aikanakin turvallista.

**8301221 TOIMINNALLINEN HARJOITTELU Pello**

Pellon koulukeskus, yläkoulun liikuntasali, Koulutie 16

Ke 17.00–18.30, 15.9.–3.12.2021, 10.1.–13.4.2022

Mika Huttu

Kurssimaksu 53,00 €

Kurssi on suunnattu kaikenikäisille. Alle 16-vuotiailla tulee olla vanhempien hyväksyntä harjoitteisiin. Yläikärajan määrittää henkilön valmius suorittaa harjoitteita 1,5h. Lähtökohtaisesti osallistuvilta henkilöiltä vaaditaan halua kehittyä, olipa kyseessä kunnon kohottaminen, painon pudottaminen tai aktiivisuustason parantaminen. Lisätietoa <https://opistopalvelut.fi/ylitornio/index.php>

JÄRVIKYLIEN LIIKUNTARYHMÄT

Liikuntaryhmä miehille ja naisille. Tunneilla pidetään kehonhuoltoa ja venyttelyä, sekä rauhallista liikuntaa kurssilaisten toiveita kuunnellen. Mikäli koronaviruspandemian tilanne pahenee ja joudumme keskeyttämään lähiopetuksen kesken kauden, liikuntaryhmä jatkuu keskiviikkoisin Google Meetin kautta klo 18–19. Opettajana Sonja Angeria. Kurssimaksu 44,00 €.

8301120 LIIKUNTARYHMÄ Meltosjärvi *

Meltosjärven koulu, Raanujärventie

Ma 15.45–16.45

13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

**8301122 LIIKUNTARYHMÄ Mellakoski ***

Mellakosken koulu, Sihtuunantie 17

Ma 19.15–20.15

13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

**8301124 LIIKUNTARYHMÄ Raanujärvi ***

Raanujärven Loimun talo, Pellontie 55

Ma 17.15–18.15

13.9.–29.11.2021, 10.1.–11.4.2022

**LAVIS**

Lavis on helppo, hauska ja mukaansa tempaava liikuntamuoto, jossa yhdistyvät lavatanssiaskleet ja tuttu perinteinen jumppa. Lavatanssien tunnelmiin vievät tutut musiikit ja lavatanssilajit kuten valssi, humppa, jenkka, rock/jive, cha cha ja samba. Tanssitaan yksin, joten kukaan ei pääse tallomaan varpaille.

8301126 LAVIS Lavatanssijumppa Ylitornio *

Kuntotalo, liikuntahalli, Alkkulanraitti 2

Ke 17.15–18.15 15.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022

Jenny Lakkapää

Kurssimaksu 44,00 €

**8301225 LAVIS Lavatanssijumppa Pello ***

Pello, Ponnen urheilutalo, Kenttätie 2

To 17.00–17.45 16.9.–3.12.2021, 10.1.–21.4.2022

Suvi Mäkipörhölä

Kurssimaksu 36,00 €

**KUNTOSALIOHJAUS**

Mitä tehdä punttisalilla ja miten. Opastus ja oikeat tekniikat. Mikäli kurssin opiskelijoiden maksimi täyttyy, ilmoittaudu varalle. Mikäli varallaolijoita on paljon, järjestetään päiväryhmä, johon on mahdollisuus siirtyä. Opettajana Nikolai Sikorski. Kurssimaksu 44,00 €

8301151 OHJATTU KUNTOSALI NAISILLE

tiistai Ylitornio

Kuntotalo, punttisali, Alkkulanraitti 2

Ti 18.30–19.30, 14.9.–3.12.2021, 10.1.–12.4.2022

8301152 OHJATTU KUNTOSALI NAISILLE

torstai Ylitornio

Kuntotalo, punttisali, Alkkulanraitti 2

To 18.30–19.30, 16.9.–3.12.2021, 10.1.–21.4.2022

8301153 OHJATTU KUNTOSALI MIEHILLE Ylitornio

Kuntotalo, punttisali, Alkkulanraitti 2

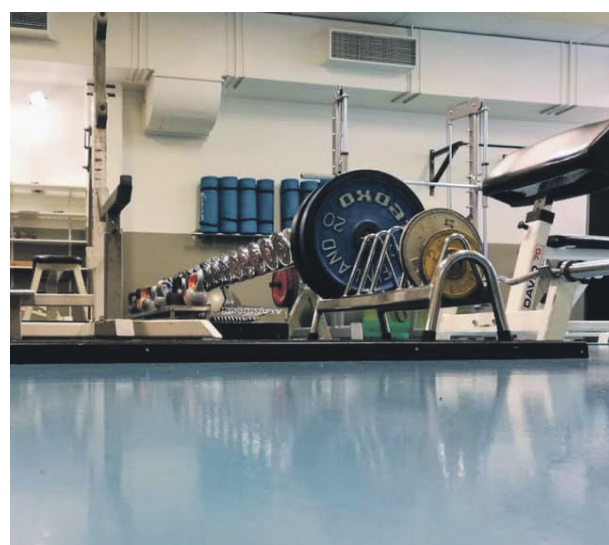
Ti 17.30–18.30 14.9.–3.12.2021, 1.1.–12.4.2022

8301154 KUNTOSALI MIEHILLE jatko Ylitornio

Kuntotalo, punttisali, Alkkulanraitti 2

To 17.30–18.30 16.9.–3.12.2021, 10.1.–22.4.2022

Monipuolista lihaskuntoharjoitusta miehille.

**KUNTOSALIHARJOITTELUN ALKEET**

Kurssilla perehdytään kuntosaliharjoittelun alkeisiin sekä lihaskuntoharjoittelua tukevaan ruokavalioon. Kurssi on suunnattu henkilöille joilla ei ole aikaisempaa kokemusta kuntosaliharjoittelusta. Kurssimaksu 29,00 €.

8301222 KUNTOSALIHARJOITTELUN ALKEET -

päiväryhmä Pello

Ma 13.00–14.00, 13.9.–1.11.2021

Wellness Sentteri Oy

8301223 KUNTOSALIHARJOITTELUN ALKEET -

iltaryhmä Pello

Ma 17.00–18.00, 13.9.–1.11.2021

Wellness Sentteri Oy

JOOGA

8301131 PERHEJOOGA Ylitornio *

Ainiovaaran koulu/Ylitornion yhteiskoulun lukio, Parkkitie
Aloitus Ainiovaaran koululla ylioppilaskirjoitusten vuoksi
Ti 18.00–18.45, 14.9.–3.12.2021, 10.1.–12.4.2022
Heini Uusipaavalniemi
Kurssimaksu 36,00 €
Perhejooga tarjoaa lapsille ja aikuisille mahdollisuuden harrastaa yhdessä: liikkuu, rentoutuu ja vahvistaa keskinäistä vuorovaikutusta. Perhejooga on lapsen ja aikuisen yhteistä, kallisarvoista aikaa, jossa vaalitaan yhdessäoloa, iloa ja rentoutumista. Perhejoogassa joogaharjoitus tehdään joogasadun kautta. Lisäksi tehdään hyväntuulisia harjoituksia, jotka vahvistavat luottamusta, keskittymiskykyä ja kehotietoisuutta. Perhejoogaan lapsi voi osallistua yhdessä omien perheenjäsenten tai muiden hänelle tärkeiden ihmisten kanssa. Jooga järjestetään ns. hybridiopetuksena eli Ylitorniolla tapahtuvan lähiopetuksen lisäksi voit osallistua siihen etänä Zoom-sovelluksen kautta missä vain yhteydet toimivat. Linkin tähän saat aina hyvissä ajoin ennen tunnin alkua.

8301132 HATHAJOOGA Ylitornio *

Ainiovaaran koulu/Ylitornion yhteiskoulun lukio, Parkkitie
Aloitus Ainiovaaran koululla ylioppilaskirjoitusten vuoksi
Ti 19.00–20.30, 14.9.–30.11.2021, 11.1.–12.4.2022
Heini Uusipaavalniemi. Kurssimaksu 53,00 €.
Tunneilla syvennytään kokonaisvaltaiseen hathajooga-harjoitukseen, jonka pääpaino on fyysisessä asanaharjoituksessa. Teemme myös mieltä rauhoittavia hengitys- ja rentoutusharjoituksia osana tasapainoista harjoitusta. Tarkoituksena on kehittää kehon voimaa, liikkuvuutta ja tasapainoa, syventää kehotietoisuutta ja samalla oppia tietoisien läsnäolon ja rentoutumisen tekniikoita. Harjoituksista annetaan tunneilla aina tarvittava määrä eri vaihtoehtoja, joiden avulla on mahdollista itse säädellä sekä harjoituksen voimakkuutta että vaativuustasoa. Jooga järjestetään ns. hybridiopetuksena eli Ylitorniolla tapahtuvan lähiopetuksen lisäksi voit osallistua siihen etänä Zoom-sovelluksen kautta missä vain yhteydet toimivat. Linkin tähän saat hyvissä ajoin ennen tunnin alkua.

8301133 JOOGARETRIITTI Ylitornio

Ylitornion yhteiskoulun lukio, Parkkitie 1
La 12.00–15.00, 2.10.2021
Sini Mustikkamaa-Kelly. Kurssimaksu 16,00 €.
Tässä hyvän olon Jooga- ja Mindfulnessworkshopissa laskeudumme lempeästi syksyyn huoltaen kehoa ja mieltä. Tutustumme joogan pranayama- eli hengitysharjoituksiin, teemme Hatha joogaharjoituksen, tutustumme Mindfulness -menetelmään ja sen hyötyihin ja teemme tietoisien läsnäolon harjoituksia. Harjoitukset aktivoivat parasympaattista hermostoa, rauhoittavat kehoa ja mieltä ja tukevat palautumista. Saat myös työkaluja stressinhallintaan ja hyvinvoinnin lisäämiseen omassa arjessasi. Et tarvitse aiempaa kokemusta. Mukaan oma joogamatto ja halutessaan myös viltti. Lämpimästi tervetuloa! Ohjaaja: Sini Mustikkamaa-Kelly, joogaohjaaja, Mindfulness- ja Meditaatio-ohjaaja, Personal Trainer, opettaja.

8301134 JOOGAN ALKEISKURSSI Ylitornio *

Ainiovaaran koulu, Parkkitie 3
Pe 18.00–19.30, la 9.30–11.00, su 9.30–11.00, 10.–12.9.2021
Heini Uusipaavalniemi.
Kurssimaksu 24,00 €.
Kurssi on suunniteltu erityisesti sinulle, joka haluat aloittaa tai olet vasta aloittanut joogan harjoittamisen tai sinulle, jolla joogan harjoittaminen on ehkä jäänyt vähälle viime aikoina ja haluat aloittaa syyskauden perusasioiden äärellä. Teemme hatha jooga harjoituksia rauhallisessa tahdissa ja siten meillä on aikaa keskittyä niihin perusteellisemmin. Käymme läpi kaikki asanategoriat ja niiden erityispiirteet. Kiinnitämme huomiota asanoiden linjauksiin, jotka tekevät harjoittelustasi turvallista ja joiden avulla saat asanoiden tuomat hyödyt heti käyttöösi. Harjoittelemme liikkeen ja hengityksen yhdistämistä ja luomme pohjaa niin omalle, tietoiselle harjoittelulle kuin rentoutumisellekin. Jooga järjestetään ns. hybridiopetuksena eli Ylitorniolla tapahtuvan

lähiopetuksen lisäksi voit osallistua siihen etänä Zoom-sovelluksen kautta missä vain yhteydet toimivat. Linkin tähän saat hyvissä ajoin ennen tunnin alkua.

8301136 RASKAUSJOOGA etänä *

To 18.00–19.30, 16.9.–2.12.2021, 13.1.–14.4.2022
Heini Uusipaavalniemi
Kurssimaksu 53,00 €
Raskausjoogassa harjoitukset on suunniteltu niin että ne tukevat sekä äidin että vauvan hyvinvointia tänä erityisenä aikana. Fyysinen asanaharjoitus mm. auttaa ylläpitämään hyvää ryhtiä kehon painopisteen muuttuessa raskauden edetessä. Hengitysharjoitukset auttavat säilyttämään äidin luonnollisen ja vapaan hengityksen vatsan kasvaessa ja äidin syvästä hengityksestä hyötyy myös vauva. Lisäksi tunneilla vahvistetaan lantionpohjaa ja opetellaan tietoisien rentoutumisen tekniikoita, jotka tukevat äidin jaksamista niin raskauden aikana kuin vauvan syntymän jälkeenkin. Et tarvitse aikaisempaa kokemusta joogasta osallistuaksesi tunneille, raskausaika sopii hyvin myös joogaharjoittelun aloittamiseen. Tunnit sopivat raskauden 2. ja 3. raskauskolmanneksella oleville (raskausviikolta 12 eteenpäin). Kurssille voi tulla mukaan silloin, kun sinulle sopii. Kurssi toteutetaan etänä Zoom-sovelluksen avulla. Linkin tähän saat hyvissä ajoin ennen tunnin alkua.

8301234 LASTEN JOOGA Pello *

Pellon koulukeskus
Ma 18.00–18.45, 13.9.–3.12.2021, 10.1.–11.4.2022
Heini Uusipaavalniemi
Kurssimaksu 36,00 €
Lasten joogassa joogaharjoitus tehdään joogasatujen taianomaisessa maailmassa. Joogasadut vahvistavat lapsen itsetuntoa ja itseluottamusta ja antavat tilaa luovuudelle ja mielikuvitukselle. Lasten jooga auttaa lasta säilyttämään luonnollisen hengityksensä ja liikkuvuutensa, pitämään huolta kehostaan sekä muistamaan, että hän on täydellinen juuri sellaisena kuin on. Jooga järjestetään ns. hybridiopetuksena eli Pellossa tapahtuvan lähiopetuksen lisäksi siihen voi osallistua etänä Zoom-sovelluksen kautta missä vain yhteydet toimivat. Linkin tähän saa vanhempi/huoltaja hyvissä ajoin ennen tunnin alkua. Lähiopetus on Pellossa koulukeskuksessa, tarkempi tila ilmoitetaan myöhemmin.

8301239 VINYASA JOOGA Pello *

Pellon koulukeskus
Ma 19.00–20.30 13.9.–3.12.2021, 10.1.–11.4.2022
Heini Uusipaavalniemi
Kurssimaksu 53,00 €
Dynaaminen ja voimakas harjoitus, joka vahvistaa ja energisoi kokonaisvaltaisesti koko kehoa. Asanaharjoituksen liikkeet sidotaan toisiinsa vinyasan ja hengityksen avulla virtaavaksi kokonaisuudeksi. Harjoituksen loppua kohden rauhoitutaan vähitellen tietoisien läsnäolon, hengityksen ja rentoutumisen avulla. Nopeatem-

poisuutensa vuoksi ei sovi ensimmäiseksi joogatunniksi, mutta kun joogaharjoitteluun on tutustunut ensin esim. alkeiskurssilla, tunneille voi osallistua niin aloittelijat kuin pidempään harjoitelleetkin. Harjoituksista annetaan aina tarvittava määrä eri vaihtoehtoja, joiden avulla vaativuustasoa on mahdollista säädellä itse. Jooga järjestetään ns. hybridiopetuksena eli Pellossa tapahtuvan lähiopetuksen lisäksi voit osallistua siihen etänä Zoom-sovelluksen kautta missä vain yhteydet toimivat. Linkin tähän saat hyvissä ajoin ennen tunnin alkua. Lähiopetus on Pellossa koulukeskuksessa, tarkempi tila ilmoitetaan myöhemmin.

8301333 MEDIYOGA, lähi- ja etä *

La 10.00–11.30, ti 19.15–20.45, la 14.00–15.30, 18.9.–23.11.2021, 11.1.–19.4.2022
Tuija Rantamaa
Kurssimaksu 53,00 €
MediYoga on kehon ja mielen tasapainoa edistävä jooga, jossa tehdään rauhallisia ja yksinkertaisia fyysisiä joogaliikkeitä yhdistettynä hengitykseen, keskittymiseen ja rentoutumiseen. Harjoittelussa saa keskittyä itseensä ja työskennellä omista lähtökohdista. Liikkeet voi tehdä tuolilla istuen tai maton päällä. Aikaisempaa kokemusta ei tarvita. Varustukset tunnille joustavat vaatteet, vesipullo, alusta, huopa ja tietokone/tabletti tai puhelin.
Kurssin aloitus lähiopetuksena la 18.9. Ylitorniolla klo 10–11.30 Ainiovaaran koululla ja Pellossa klo 14–15.30 koulukeskuksessa (tarkempi tila ilmoitetaan myöhemmin). Tämän jälkeen kurssi jatkuu etäkurssina ti klo 19.15–20.45 ja toteutetaan Google Meet-sovelluksen avulla. Ilmoittautumisen jälkeen saat sähköpostiisi liittymislinkin.

8301335 BODYMIND- jooga, lähi- ja etä *

La 10.00–15.30, ke 19.00–20.30, 25.9.–1.12.2021, 12.1.–13.4.2022
Tuija Rantamaa
Kurssimaksu 53,00 €
Kehon ja mielen tasapainoon tähtäävää toiminnallista kevyttä joogaa. Rauhallisia, yksinkertaisia mutta tehokkaita fyysisiä joogaliikkeitä yhdistettynä hengitykseen ja keskittymiseen. Kevyet liikkeet ja hyvä hengitys vahvistavat vastustuskykyä, lisäävät mielen tasapainoa ja stressinsietokykyä. Harjoittelussa jokainen keskittyy omaan tekemiseensä omista lähtökohdistaan. Päälle joustavat vaatteet ja mukaan vesipullo, alusta ja huopa.
Ei opetusta viikolla 42. Kurssi alkaa lähitapaamisella la 25.9. Ylitorniolla klo 10–11.30 (Ainiovaaran koulu) ja Pellossa klo 14–15.30 (koulukeskus). Pellon tarkempi tila ilmoitetaan myöhemmin. Tämän jälkeen kurssi jatkuu etäopetuksena 29.9. alkaen keskiviikkoisin klo 19–20.30 ja toteutetaan Google Meet-sovelluksen avulla. Ilmoittautumisen jälkeen saat sähköpostiisi liittymislinkin.



TANSSI

Kurssille voi osallistua myös 5 €:n kertamaksulla joka maksetaan opettajalle käteisenä kurssin alussa.

301173 PARITANSSIN ALKEET Ylitornio *

Ylitornion yhteiskoulun lukio, Parkkitie 1
Ma 18.00–19.15, 13.9.–3.12.2021, 10.1.–11.4.2022

Raimo Tolonen

Kurssimaksu 53,00 €

Tavoitteena oppia perustanssia (tanssiasento, musiikkiin liikkumista, vientiä ja seuraamista). Tarkempi kuvaus kurssitiedoissa <https://opistopalvelut.fi/ylitornio/index.php>

8301174 PARITANSSIN JATKO Ylitornio *

Ylitornion yhteiskoulun lukio, Parkkitie 1
Ma 19.15–20.45, 13.9.–3.12.2021, 10.1.–11.4.2022

Raimo Tolonen

Kurssimaksu 53,00 €

Ryhmä on tarkoitettu tanssijoille, jotka hallitsevat alkeiskurssilla opetetut asiat ja haluavat perehtyä paritansseihin laajemmin ja haluavat parantaa tanssiteknisiä taitojaan laajasti eri tanssilajeja hyödyntäen. Tarkempi kuvaus kurssitiedoissa <https://opistopalvelut.fi/ylitornio/index.php>

8301270 PARITANSSI alkeiskurssi Pello *

Pellon koulukeskus, yläkoulun liikuntasali, Koulutie 16
To 17.30–19.00 16.9.–2.12.2021, 13.1.–21.4.2022

Hilkka Suomalainen. Kurssimaksu 53,00 €

Opetellaan lavatanssien perusaskeleita ja kuvioita niin, että opiskelija saa perustanssitaidon. 16.9. aloitetaan foksilla. Muut tanssilajit sovitaan ensimmäisellä kokoon-tumiskerralla tai voi myös laittaa sähköpostia hilusuo@gmail.com.

8301271 PARITANSSI jatkokurssi Pello *

Pellon koulukeskus, yläkoulun liikuntasali, Koulutie 16
To 19.00–20.30, 16.9.–2.12.2021, 13.1.–14.4.2022

Hilkka Suomalainen.

Kurssimaksu 53,00 €

Opetellaan lavatansseihin lisää tekniikkaa, vientiä ja seuraamista sekä musiikin tulkintaa. Kurssi aloitetaan rumba-bolerolla ja muut tanssilajit sovitaan ensimmäisellä kokoon-tumiskerralla tai voi myös laittaa sähköpostia hilusuo@gmail.com.

TANSSIN LAUANTAUKURSSIT

Kurssilaiset voivat esittää toivomansa tanssilajin kurssin kuluessa. Ota mukaan tanssilavoillekin sopivat luistavat tanssikengät, juomapullo ja mukavat vaatteet. Kurssijaksojen välissä pidämme n. 30 min lounastauon. Opettajina Raimo ja Soili Tolonen.
Kurssimaksu 20,00 €/kurssi.

8301175 1. TANSSIKURSSI Lohijärvi

Lohijärven Kuohun talo, Lohijärventie 431

La 11.00–15.15, 2.10.2021

Tanssilajit: Foksi, rumba ja tanssijoiden toivelaji.

Voit tulla kurseille parin kanssa tai ilman paria.

8301177 2. TANSSIKURSSI Raanujärvi

Raanujärven Loimun talo, Pellontie 55

La 11.00–15.15, 30.10.2021

Tanssilajit: Valssi, bugg ja tanssijoiden toivelaji.

8301178 3. TANSSIKURSSI Ylitornio

Ylitornion yhteiskoulun lukio, Parkkitie 1

La 11.00–15.15, 27.11.2021

Tanssilajit: Hidas lavafoksi, chacha ja tanssijoiden toivelaji.

8301274 4. TANSSIKURSSI Juoksenki

Juoksengin nuorisotalo, Ratasjärventie 4

La 11.00–15.15, 29.1.2022

Tanssilajit: Kävelyhumppa, fusku ja tanssijoiden toivelaji.

8301275 5. TANSSIKURSSI Konttajärvi

Konttajärvi, nuorisoseurantalo, Meltauksentie 83

La 11.00–15.15, 26.2.2022

Tanssilajit: Tango, salsa ja tanssijoiden toivelaji.

8301182 6. TANSSIKURSSI Ylitornio

Ylitornion yhteiskoulun lukio, Parkkitie 1

La 11.00–15.15, 9.4.2022

Tanssilajit: Hidas valssi, Kädenalitanssia mukavasti musiikkiin ja tanssijoiden toivelaji.



ILMOITTAUTUMISOHJEET:

Ennakkoilmoittautuminen alkaa 24.8. klo 9.00 ja päättyy 7.9 klo 15.00.

Myös ilmoittautumisajan päätyttyä voi ilmoittautua toteutuville kursseille.

Ilmoittautuessa sitoudut maksamaan koko kurssimaksun.

PERUMATTA JÄÄNEET KURSSIPAIKAT LASKUTETAAN TÄYSIMÄÄRÄISINÄ.

Ilmoittautumisvaihtoehdot:

- Netti-ilmoittautuminen osoitteessa

<https://opistopalvelut.fi/ylitornio/index.php>

- Puhelimitse toimistoon klo 9–15

(ei sähköposti- tai tekstiviesti-ilmoittautumisia)

- Käynti toimistolla

Ylitornio/Opistotalo, Alkkulanraitti 3 ja Pellon kunnantalo, Kunnantie 4.

Ilmoittautuessa tarvitset seuraavat tiedot: kurssinnumero, osallistujan nimi, osallistujan henkilötunnus kokonaisuudessaan, osoite, puhelinnumero, (sähköposti). **Alle 18-vuotiaan kurssilaisen kurssimaksun maksajan/huoltajan tietoihin tarvitaan vastaavat tiedot.**

- Ilmoittautumisen peruminen: Ilmoittautumisen voi perua maksutta kurssin kohdalla mainittuun viimeiseen ilmoittautumispäivään mennessä.

OPINTOSETELIHAKEMUS

Nimi	
Lähiosoite	
Postinumero ja –toimipaikka	
Puhelinnumero	
Syntymäaika	Ikä
Sukupuoli	☐ mies ☐ nainen
Ammatti	☐ työssä ☐ työtön ☐ opiskelija ☐ eläkeläinen ☐ muu
Koulutus	
☐ perusaste: peruskoulu/kansakoulu ☐ toinen aste: ammatillinen koulu/lukio	
☐ korkea aste: opistoaste/ammattikorkeakoulu/yliopisto	
Koulutus, johon haen opintoseteliä:	
Kurssin numero	Kurssin nimi
Haen opintoseteliä, sillä olen:	
☐ maahanmuuttaja ☐ työtön ☐ seniori/eläkeläinen ☐ alhaisen pohjakoulutuksen omaava	
Päivämäärä	Allekirjoitus
Opisto täyttää	
Päätös: opintoseteli myönnetty ☐	ei ☐ Päivämäärä



TOIMISTOT:

Vt. rehtori Hanna Lintupuro 0400 244 278

Alkkulanraitti 55, 95600 Ylitornio
hanna.lintupuro@ylitornio.fi

Ylitornion toimisto

Marja-Leena Laitinen 0400 220 343

Opistotalo
Alkkulanraitti 3, 95600 Ylitornio
marja-leena.laitinen@ylitornio.fi
kansalaisopisto@ylitornio.fi

Vs. suunnittelijaopettaja

Merja Lehtonen 040 620 7414

merja.lehtonen@ylitornio.fi
Pellon toimisto

Miia Kallioinen 040 4826 302

Kunnantie 4, 95700 Pello
miia.kallioinen@pello.fi