

HANGON KANSAL- LAISOPISTO



Posti Green

Opinto-ohjelma 2023–2024



HANGON KAUPUNKI
HANGÖ STAD



HANGON KAUPUNKI
HANGÖ STAD

*Julkaisija: Hangon kaupunki Hanko 2023
Kulttuurilautakunta*

Hangon kansalaisopisto – Hangö medborgarinstitut



SISÄLLYSLUETTELO

Lukuvuosi 2023–2024.....	5
Yhteystiedot.....	5
Käyttöehdot.....	6
Ilmoittautuminen	7
Näin meillä toimitaan	8
Kurssit lapsille ja nuorille.....	10
Luennot	14
Eriyiskurssit	17
Merenkulku	18
Talous.....	18
Kotitalous	20
Laulu ja musiikki	22
Kielet	23
Kirjallisuus	25
Tietotekniikka	25
Terveys, hyvinvointi	26
Jooga, pilates, rentoutus	27
Vesiliikunta	31
Liikunta	34
Tanssi	36
Kuvataide	37
Valokuvaus.....	39
Askartelu, tekstiilityöt.....	40
Keramiikka	44
Puu- ja metallityö, entisöinti, verhoilu	45

TERVETULO!

Tarjoamme 177 kurssia, joista 77 ovat uusia.

"Kurssi oli kokonaisuudessaan hyvä ja suosittelisin kurssia ystävälle"
98 % meidän kurssilaisista olivat täysin tai jokseenkin samaa mieltä.*

Tulethan sinäkin mukaan?

opisto-mbi.hanko.fi

*Perustuen kurssiarvioinnin tilastoihin lukuvuodesta 2022–2023.



HANGON KANSALAIPOISTO – HANGÖ MEDBORGARINSTITUT

Hangon kansalaisopisto – Hangö medborgarinstitut on Hangon kaupungin omistama opetushallituksen alainen oppilaitos. Opisto tarjoaa mahdollisuuksia erilaisten tietojen ja taitojen kartuttamiseen sekä harrastusten kehittämiseen.

Opiston johtokuntana toimii kaupungin kulttuurilautakunta.

Syyslukukausi

4.9.2023 –

Kevätlukukausi

8.1.2024 –

Syysloma 20–23.10.2023

Talviloma 19.2–25.2.2024 (viikko 8)

KANSLIA

Koulukatu 11, auki arkisin klo 8–11.30

Postiosoite:

Koulukatu 11, 10900 Hangö

Sähköposti:

kansalaisopisto@hanko.fi

Kotisivu: opisto-mbi.hanko.fi

Facebook:

Hangon kansalaisopisto – Hangö medborgarinstitut

Instagram:

hangonopisto_hangombi

Rehtori:

Lena Sommer, VTM
puh. 040 137 3936
s-posti: lena.sommer@hanko.fi

Kurssisuunnittelija:

Paulina Rökman, FM
puh. 040 146 0262
s-posti: paulina.rokman@hanko.fi

Kurssisihteeri:

Anne Holmström, merkonomi
puh. 040 146 0260
s-posti: anne.holmstrom@hanko.fi

Vahtimestari:

Puhelin ma–to iltaisin opetuksen aikana
040 1806 919

KÄYTTÖEHDOT

KURSSIN ALKAMINEN

- Kurssiin saa tutustua yhden kerran (pitkä kurssi), sen jälkeen laskutamme kurssihinnan. Jos haluat keskeyttää kurssin kokeilukerran jälkeen, sinun tulee ilmoittaa siitä kansliaan viimeistään **6 päivää kurssin alkamisen jälkeen**.
- Jotta kurssi toteutuu, ilmoittautuneita täytyy olla vähintään minimimäärä osallistujia 5 päivää ennen kurssin alkua.

PERUUTTAMINEN

- Pitkä kurssi (vähintään 10 oppituntia) **tulee peruuttaa viimeistään 6 päivää kurssin alkamisen jälkeen**. Sen jälkeen kurssimaksu laskutetaan kokonaisuudessaan.
- Lyhytkurssi (1–10 oppituntia tai viikonloppukurssi) täytyy perua **viimeistään 5 päivää ennen kurssin alkamista**, muutoin kurssimaksu laskutetaan kokonaisuudessaan.
- Jos kurssiin kuuluu materiaalimaksu ja peruutat kurssin liian myöhään, voit joutua maksamaan kurssimateriaalista.
- Voit tehdä peruutuksen kotisivujen kautta ("Minun kurssini" -painikkeen alta) tai opiston kansliaan. **Kurssin peruutusta ei voi tehdä opettajalle**.
- Kurssille tulematta jättäminen ja maksun maksamatta jättäminen ei ole peruutus. Peruuttamattomista kursseista opisto laskuttaa koko kurssimaksun.
- Jos opettaja sairastuu eikä sijaista saada, kanslia ilmoittaa osallistujille ensisijaisesti *tekstiviestillä* oppitunnin peruuntumisesta. Kansalaisopisto ei voi taata peruuntuneen tunnin korvaamista.

KESKEYTTÄMINEN

- Jos *sinä keskeytät* osallistumisesi kursilla ja puolet kurssikerroista on jäljellä, niin maksat vain puolet kurssimaksusta. Huomioi, että et pysty itse keskeyttämään kurssin kotisivujemme kautta vaan sinun pitää ottaa yhteyttä kanslian henkilökuntaan.
- Jos *kansalaisopisto* keskeyttää kurssin jostain syystä, laskutamme erikoishinnan.

MAKSUT JA MAKSAMINEN

- Ilmoittautuessasi sitoudut maksamaan kurssimaksun. **Kurssimaksu laskutetaan**.
- Jos haluat anoa alennusta, voit tehdä sen ilmoittautuessasi tai viimeistään kurssin alkamisviikolla.
- Alennuksia ei voi myöntää sen jälkeen kun kurssi on laskutettu.
- Jos haluat maksaa Epassilla, maksa vasta kurssin alettua ja viimeistään ennen kurssin päättymistä.

ILMOITTAUTUMINEN

Kaikille kursseille ennakoilmoitaudutaan, ellei kurssitekstissä muuta mainita.

Ilmoittautuminen alkaa:

Vesiliikuntaan ke 16.8.2023 klo 9.00

Kaikille kursseille ma 21.8.2023 klo 9.00

1. ILMOITTAUTUMINEN KOTISIVUJEMME KAUTTA

Ilmoittautuminen tapahtuu kansalaisopiston kotisivulla: opisto-mbi.hanko.fi

Jos olet uusi opiskelija, sinun pitää luoda profiili ennen kuin voit ilmoittautua kursseille.

Ne joilla on jo profiili, kirjautuvat sisään tunnuksillaan ja ilmoittautuvat sitä kautta.

LAPSEN ILMOITTAUTUMINEN: Alaikäiselle ei ole mahdollista luoda omaa profiilia, mutta voit yhdistää lapsen omaan profiiliisi. Luo oma profiili ja sitten vain valitse vasemmalla ”Minun perheeni” ja sen jälkeen ”Lisää perheenjäsen”.

2. ILMOITTAUTUMINEN PUHELIMITSE

040 146 0262, 040 146 0260

Ilmoittautumisen yhteydessä sinun tulee antaa henkilötietosi, osoitteesi ja matkapuhelinnumerosi.

HUOM! Tarvitsemme henkilötunnuksesi voidaksemme todentaa henkilöllisyytesi mm. laskutuksessa. Ilmoitamme peruutuksista ja muista kurssimuutoksista tekstiviestillä.

3. ILMOITTAUTUMINEN KANSLIAAN

Kansila sijaitsee osoitteessa Koulukatu 11.

Jos tarvitset apua profiilin luomisessa, voit tulla kansliaan tekemään sen yhdessä henkilökunnan kanssa.

Ilmoittautumisessa huomioitavaa:

Paikat opintoryhmissä täytetään pääsääntöisesti ilmoittautumisjärjestyksessä.

Sähköpostilla **ei** voi ilmoittautua.

Kurssimuutoksista ilmoitetaan, samoin siitä, jos kurssi ei jostain syystä toteudukaan.

NÄIN MEILLÄ TOIMITAAN:

MAKSUT



Epassilla voi maksaa liikunta- ja kulttuurikursseja (mutta esim. ei ruokakursseja tai kielikursseja).

Kun ilmoittaudut sivujemme kautta, valitset Epassin kohdasta ”Alennukset”. Epassi-alennuksen löydät niiden kurssien kohdalta, joille se on sallittu. Jos ilmoittaudut puhelimitse, muista mainita halukkuutesi maksaa Epassilla.

Suorita maksu Epassilla kuitenkin vasta kun kurssi on jo alkanut, mutta viimeistään ennen kurssin päättymistä. Kun kurssimaksut on laskutettu, Epassilla ei enää voi maksaa.

Eläkeläiset saavat 10 %:n alennuksen kurssimaksuista. Muista kertoa se ilmoittautuessasi. Poikkeukset mainitaan kurssien kuvauksissa.

Työttömiltä ja koulujen (perusasteen ja toisen asteen) **vakinaisilta oppilailta** peritään puolet kurssimaksusta. Muista kertoa se ilmoittautuessasi. Poikkeukset mainitaan kurssien kuvauksissa. Työttömyydestä on esitettävä todistus kansliaan.

Opiskelija, joka opiskelee toisen asteen oppilaitoksessa, saa opiskella kansalaisopistossa maksutta kursseilla, jotka oikeuttavat hänelle suorituksia omassa oppilaitoksessa. Oppilaan oma oppilaitos päättää, saako opiskeluista suorituksia.

Oman opiston tuntiopettajat saavat maksutta käydä yhden vallinnaisen kurssin per lukuvuosi.

Kurssimaksut ovat ulosmittauskelpoisia vapaata sivistystyötä koskevan lain 632/98 24§ mukaan.

Kurssilaiset maksavat itse oppikirja-, kurssimateriaali- sekä kopiointikustannukset.

Sinulta voidaan evätä pääsy kurssille, jos muistutuksista huolimatta olet jättänyt jonkin aikaisemman kurssimaksun maksamatta.

LASKU

Kansalaisopisto laskuttaa opintomaksut. On tärkeää antaa henkilötunnus ilmoittautumisen yhteydessä, kun kaupungin laskutusohjelman sitä pyytää. Kurssimaksuja ei palauteta.

OPETUSHALLITUKSEN OPINTOSETELIAVUSTUS

Kansalaisopisto on saanut Opetushallituksen myöntämää tukea opintoseleiden muodossa.

Avustusta voivat hakea maahanmuuttajat, työttömät, seniorit, eläkeläiset, alhaisen pohjakoulutuksen omaavat sekä oppimisvaikeuksia kokevat.

Eläkepäätös, työttömyys, koulutus ym. on luotettavasti todistettava kanslialle ennen setelin saamista.

Yksi seteli / hakija / lukukausi (niin kauan kuin avustusta riittää).

PÄÄSYVAATIMUKSET SEKÄ MUITA TIETOJA

Pääsy opistoon ei yleensä edellytä esitietoja, vaan jokainen voi kirjoittautua ryhmään, jossa haluaa opiskella ja jonka opetusta katsoo kykenevänsä seuraamaan.

Opintopiirin tai kurssin toiminnan aloittaminen ja toiminnassa pysyminen vaatii **vähintään 7 opiskelijan läsnäolon. Jatkoryhmissä riittää 6 opiskelijaa.** Varsinaista ikärajotusta osallistumiselle ei ole. Myös alle 16-vuotiaat voivat osallistua sellaisille kursseille, joissa annetaan heille soveltuvaa opetusta. Lapsille soveltuva opetus käy ilmi opinto-ohjelman kurssien nimistä ja kurssiesittelyistä.

JONOTTAMINEN: Jos kurssi on täynnä, voit jonottaa kurssille. Opiston henkilökunta on sinuun yhteydessä heti, jos kurssille vapautuu paikka ja olet jonossa seuraavana. Mahdollisuuksien mukaan opisto lisää ryhmiä, jos jonossa on monta.

POISSAOLO: Jos opiskelija on kurssilta poissa useamman kerran peräkkäin, siitä on syytä ilmoittaa kansliaan, jottei poissaoloa tulkiteta kurssin keskeyttämiseksi.

KESKEYTTÄMINEN vaikeuttaa koko ryhmän toimintaa ja sen jatkumahdollisuuksia. Kurssi keskeytetään, jos osallistujamäärä on alle 6.

VAKUUTUSTURVASTAAN opiskelijan on itse huolehdittava oppitunneilla mahdollisesti sattuvien vahinkojen varalta. Tämä koskee varsinkin teknisen työn kurseja sekä liikuntakurseja.

OSANOTTOTODISTUKSEN voi jokainen opetusta säännöllisesti seurannut saada pyynnöstä.

Kopiosta laskutamme 10 €.

TIEDOTTAMISESSA käytetään opiston kotisivua opisto-mbi.hanko.fi, sekä somekanavia Facebookia ja Instagramia.

OPETUKSEN ARVIOINTI

Laki vapaasta sivistystyöstä velvoittaa oppilaitokset arvioimaan antamaansa opetusta. Osallistujat saavat sähköpostitse linkin arviointilomakkeeseen automaattisesti kurssin lopetettua.

NÄYTTELY

Kurssilaisten näyttely avajaiset **ovat 11.4.2024 klo. 18.00** kaupungintalon galleriassa. Näyttely on esillä 23.4.2024 asti. Näyttelyn pystytys on 9.–10.4.2024.

KURSSIPAIKAT

Alan's Cafe, Raatihuoneentori 4
Astrea, Vuorikatu 4
Brankis, Nycanderinkatu 8
Casino-halli, Appelgrenintie 10
Feffe Park, Esplanaadi 73
Hangonkylän esikoulu, Hangonkyläntie 45
Hangö gymnasium, Koulukatu 11
Hangö högstadium, Koulukatu 13–15
Hankoniemen yläaste ja lukio, Raaseporinkatu 45
Happy Flower, Vuorikatu 11
Kennelkerhon koulutuskeskus, Kapteeninkatu
Keskuskoulu, Halmstadinkatu 2
Kirjasto, Vuorikatu 3–5
Lappohjan koulu, Koulukuja 4
Ljungbo, Lähteentie 1
Opiston kudonta- / ompelusali, Vuorikatu 21
Stranden Bar & Kitchen, Itäsatama
Tita-Marian koulu, Riilahdenkatu 13 B
Urheilutalo, Raatimiehenkatu 12
Valosali, Satamakatu 2

KURSSIT LAPSILLE JA NUORILLE

Kurssimaksuissa on huomioitu nuorisolennus!

KORIPALLOA MAGIK JONSSONIN KANSSA 7–9-VUOTIAILLE

UUSI!

Urheilutalo

Robert Jonsson

Kurssimaksu 15,00 € / lukukausi
6.9.–22.11.2023, 12 kurssikertaa
10.1.–3.4.2024, 12 kurssikertaa
ke 15.00–15.45
min 7 opisk. max 25 opisk.

Opit koripallon perusteet ja kehität yksilöllisiä valmiuksiasi ja tekniikkaasi. Kurssi antaa sinulle työkaluja siihen, että pystyt yhdessä muiden kanssa pelaamaan tehokkaasti.

Ikäsuositus: 7–9 vuotta.

Kurssi on kaksikielinen.

KORIPALLOA MAGIK JONSSONIN KANSSA 10–13-VUOTIAILLE

Urheilutalo

Robert Jonsson

Kurssimaksu 15,00 € / lukukausi
6.9.–22.11.2023, 12 kurssikertaa
10.1.–3.4.2024, 12 kurssikertaa
ke 16.00–17.00
min 6 opisk. max 25 opisk.

Opit koripallon perusteet ja kehität yksilöllisiä valmiuksiasi ja tekniikkaasi. Kurssi antaa sinulle työkaluja siihen, että pystyt yhdessä muiden kanssa pelaamaan tehokkaasti.

Ikäsuositus: 10–13 vuotta.

Kurssi on kaksikielinen.

KORIPALLOA MAGIK JONSSONIN KANSSA 14–18-VUOTIAILLE

Urheilutalo

Robert Jonsson

Kurssimaksu 15,00 € / lukukausi
6.9.–22.11.2023, 12 kurssikertaa
10.1.–3.4.2024, 12 kurssikertaa
ke 17.00–18.00
Min 6 opisk. max 15 opisk.

Opit koripallon perusteet ja kehität yksilöllisiä valmiuksiasi ja tekniikkaasi. Kurssi antaa sinulle työkaluja siihen, että pystyt yhdessä muiden kanssa pelaamaan tehokkaasti.

Ikäsuositus: 14–18 vuotta.

Kurssi on kaksikielinen.



■ HELRIDE SKEITTIKOULU

Feffe park

Ei kurssimaksua

9.9.–10.9.2023, 2 kurssikertaa

la 10.00–12.00, su 10.00–12.00

Min 7 opisk. max 15 opisk.

Tervetuloa HELride Skeittikouluun! Opi skeittauksen alkeet tai tule kehittämään taitojasi entisestään!

Kurssi sopii kaikenikäisille ja -kokoisille sukupuoleen katsomatta. Kokeneet opettajamme ottavat huomioon kaikkien osallistujien taitotason, olit sitten aivan vasta-alkaja tai kokenempi skeittaaja. Opetus tapahtuu ryhmissä, ja jokainen kurssilainen saa myös henkilökohtaista opetusta.

Voit tuoda mukanasasi oman laudan tai saat sellaisen meiltä lainaksi. Kypärän ja muiden suojien käyttöä suositellaan, ja meiltä saatkin tarvittaessa kypärän lainaksi.

Kurssi pidetään skeittipuistossa (Feffe park). Vesipullo mukaan! Kurssi toteutetaan yhteistyönä nuorisopuolen kanssa, ja on siksi ilmainen. Toivomme kuitenkin, että kaikki osallistujat ilmoittautuvat etukäteen sivujemme kautta.

■ OIVAN SCOOTTIKURSSI 6–8-VUOTIAILLE

Feffe park

Ei kurssimaksua

16.9.–17.9.2023, 2 kurssikertaa

la 11.00–12.30, su 11.00–12.30

min 7 opisk. max 15 opisk.

Tule mukaan ammattilaiscoottaja Oiva Lehtosen kurssille! Luvassa opetusta, hauskanpitoa ja kisailua. Oma kypärä, scootti ja vesipullo mukaan. Kurssi pidetään skeittipuistossa! Katso Oivan IG-tili: @oivalehtonen

Kurssi toteutetaan yhteistyössä nuorisopuolen kanssa, ja on siksi ilmainen. Toivomme kuitenkin, että kaikki osallistujat ilmoittautuvat sivujemme kautta.

■ OIVAN SCOOTTIKURSSI 9-VUOTIAILLE JA VANHEMMILLE

Feffe park

Ei kurssimaksua

16.9.–17.9.2023, 2 kurssikertaa

la 12.30–14.00, su 12.30–14.00

min 7 opisk. max 20 opetusta.

Tule mukaan ammattilaiscoottaja Oiva Lehtosen kurssille! Luvassa opetusta, hauskanpitoa ja kisailua. Oma kypärä, scootti ja vesipullo mukaan. Kurssi pidetään skeittipuistossa! Katso Oivan IG-tili: @oivalehtonen

Kurssi toteutetaan yhteistyössä nuorisopuolen kanssa ja on siksi ilmainen. Toivomme kuitenkin, että kaikki osallistujat ilmoittautuvat sivujemme kautta.

■ TAIDESEIKKAILU

Hangö högstadium, kuvataiteen luokka
(rakennus A)

Nanda Björklund

Kurssimaksu 15,00 €

18.11.–19.11.2023, 2 kurssikertaa

la 11.00–14.00, su 12.00–15.00

min 7 opisk. max 12 opisk.

Tule mukaan kummallisen ihmeelliselle taideseikkailulle! Matkaamme mielikuvituksen siivin salaiseen paikkaan ja luomme upean taideteoksen sekatekniikalla. Kurssi on tarkoitettu ala-asteikäisille koululaisille ilman vanhempaa. Ota välipalaa mukaan tauoille.

Materiaali sisältyy kurssin hintaan.

Kurssi on kaksikielinen.

Kurssimaksussa on jo huomioitu nuorisoalennus.





LUODAAN YHDESSÄ – KUVATAITEELLINEN ILMAISUVIIKONLOPPU

UUSI!

Hangö högstadium, kuvataiteen luokka
(rakennus A)
Pirjo Wallden, Satu Lundin
Kurssimaksu 15,00 €
16.3.–17.3.2024, 2 kurssikertaa
la 10.00–13.00, su 10.00–13.00
min 7 opisk. max 12 opisk.

Värikäs viikonloppu lapsille! Kuvataiteellinen ilmaisukurssi, joka on suunnattu noin 6–9-vuotiaille ilman vanhempaa. Vaatetus sellainen, ettei häiritse, jos likaantuu, sekä välipalaa mukaan tauoille.

Materiaali sisältyy kurssin hintaan.
Kurssimaksussa on huomioitu nuorisotalous.

Kurssi on kaksikielinen.



TAIKURIKURSSI

Hangö gymnasium
Jari Reponen
Kurssimaksu 15,00 €
12.1.–13.1.2024, 2 kurssikertaa
pe 17.00–20.00, la 10.00–14.00
min 7 opisk. max 18 opisk.

Taikurikurssilla opetellaan hauskoja taikatemppuja, perehdytään taikurin rooliin sekä tehdään esiintymistaidon harjoituksia. Kurssin päätteeksi pidetään vanhemmille juhlanäytös, jossa oppilaat esiintyvät.

Kurssi on suunnattu uusille ja aiemmin mukana olleille oppilaille. Oppilaat saavat taikavälineet omakseen kurssin päätteeksi.

Omat eväät mukaan.

Kurssin ohjaajana toimii Taikuri Jari Reponen. Hän on järjestänyt suosittuja taikurikursseja yli 20 vuoden ajan ympäri Suomea. Taikuri Jari on voittanut ensimmäisen palkinnon taikureiden Pohjoismaiden mestaruuskilpailussa.

Taikurikurssi on suunnattu alakoululaisille.

Kurssimaksu sisältää opetuksen ja taikavälineet.
Kurssin hinnassa on jo huomioitu nuorisotalous.

PIKKU GUBBEN BIISI- JA MUSAVIDEOLEIRI

UUSI!

Hangö gymnasium

Kurssimaksu 22,00 € / viikonloppu

28.10.–29.10.2023, 2 kurssikertaa

10.2.–11.2.2024, 2 kurssikertaa

la 10.00–14.00, su 10.00–14.00

min 7 opisk. max 16 opisk.

Kiinnostaisiko tehdä oma biisi ja musavideo? Tule toteuttamaan omia luovia ideoitasi Pikku Gubben biisi- ja musavideoleirille! Kahden päivän aikana biisin ja musavideon tekemistä tutkaillaan hauskojen harjoitusten ja leikin kautta. Leiri soveltuu kaikille kiinnostuneille aiemmasta harrastuneisuudesta riippumatta. Hauskat ja ammattitaitoiset ohjaajat Sofi ja Jenna opastavat jokaista löytämään oman väylän musiikin ja videoiden ihmeelliseen maailmaan!

Toinen päivästä on omistettu biisin ja toinen musavideon teolle. Biisipäivänä kirjoitamme oman sanoituksen, tutkimme musiikinteossa käytettävää BandLab-ohjelmaa, sävellämme sillä musiikin omaan kappaleeseen sekä nauhoitamme laulut. Videopäivänä suunnittelemme, kuvaamme ja editoimme biisille musavideon. Leirillä työskennellään pienryhmissä, ja jokaisella ryhmällä on käytössään oma iPad, jota käytetään sekä biisien että videoiden teossa. Nähdään luovissa merkeissä!

Ikäsuositus: 10–13-vuotiaat.



ILMOITTAUTUMISET ALKAVAT 21.8.2023 KLO 9.00

LUENNOT

■ KÄYTÄNNÖN APUA KOIRAN ONGELMALLISEEN KÄYTTÖKSEEN

Kennelkerhon koulutuskeskitt

Helena Demetriou

Kurssimaksu 30,00 €

18.9.–5.11.2023, 5 kurssikertaa

ma 17.30–20.00, la 12.00–14.30, su 12.00–14.30

min 7 opisk. max 20 opisk.

Luento 18.9 ma klo 17.30–20.00 (kaikille avoin)

Luennolla käydään läpi koirien yleisempiä käytösongelmia, mistä ne johtuvat ja mitä niille voi tehdä. Niitä ovat esimerkiksi hihnassa vetäminen/räyhääminen, muiden koirien/ ihmisten pelko, eroahdistus, pyörien/autojen/ yms. jahtaaminen, jne.

Lähdettäessä ratkomaan koiran ongelmallista käytöstä meidän on aina tärkeää ymmärtää MIKSI koira käyttäytyy kyseisellä tavalla. Syynä voi olla pelko, epävarmuus, trauma, luontainen käytös, liian korkea stressitaso tai kipu.

Käytännön harjoitukset (vain paikan varanneille)

Käytännön harjoituksiin otetaan yhteensä 10 koirakkoa. Viidelle koirakolle tapaamiset tapahtuvat kahtena lauantaina ja toiselle viidelle koirakolle kahtena sunnuntaina.

Tapaamiset toteutetaan niin, että jokaiselle koirakolle on varattu oma aika, noin 30min.

Päivä 1

Ryhmä 1: 23.9 la klo 12.00–14.30
varattavat ajat klo 12.00–12.30, klo 12.30–13.00, 13.00–13.30, 13.30–14.00, 14.00–14.30

Ryhmä 2: 24.9 su klo 12.00–14.30
varattavat ajat klo 12.00–12.30, klo 12.30–13.00, 13.00–13.30, 13.30–14.00, 14.00–14.30

Päivä 2

Ryhmä 1: 4.11 la klo 12.00–14.30
varattavat ajat klo 12.00–12.30, klo 12.30–13.00, 13.00–13.30, 13.30–14.00, 14.00–14.30

Ryhmä 2: 5.11 su klo 12.00–14.30
varattavat ajat klo 12.00–12.30, klo 12.30–13.00, 13.00–13.30, 13.30–14.00, 14.00–14.30

Ajat varataan kansalaispiston kautta.



ONGELMA VAI OMINAISKÄYTÖS – MIKSI KOIRA TEKEE NIIN KUIN TEKEE

Hangö gymnasium
Tommy Wirén
Kurssimaksu 15,00 €
16.9.2023, 1 kurssikerta
la 10.00–13.00
min 7 opisk. max 30 opisk.

TV:stä tuttu Tommy Wirén vierailee Hangossa taas syksyllä. Tällä kertaa puhumme koirien käytöksestä. Koirat ovat hyvin erilaisia käyttäytymiseltään jo rodun perusteella. Mistä koiran käytös koostuu ja mitkä asiat siihen vaikuttavat. Mitä asioita voidaan muokata ja mitä ei?

Näitä asioita käsitellään luennolla ”Ongelma vai ominaiskäytös – miksi koira tekee niin kuin tekee”.

Tommylla on 50 vuoden kokemus koirista, ja hän on viimeiset 30 vuotta päätoimisesti työskennellyt karvoihin katsomatta erilaisien eläinten koulutusprojekteissa sekä tuhansien koirayksilöiden kanssa.



← ■ SUPERNANNY: RAJAT JA RAKKAUS

UUSI!

Paikka ilmoitetaan myöhemmin

Pia Penttala

Kurssimaksu 20,00 €

3.10.2023, 1 kurssikertaa

ti 18.00–19.30

min 7 opisk. max 100 opisk.

Pia Penttala, Supernannynakin tunnettu psykoterapeutti on tulossa Hankoon tiistaina 3.10.2023 klo 18.00–19.30. Tervetuloa mukaan! Luento toteutetaan yhteistyössä kaupungin liikunta- ja nuorisopuolen kanssa. Vanhemmuus on palkitsevaa ja yhdessä perheenä eletty elämä on paras eläke keinutuoliin. Sen varmistaa tavallinen maalaisjärki. Jutellaan vanhemmuuden haasteista tänä päivänä ja huomataan, että täydellisyyttä ei saa tavoitella.



ERITYISKURSSIT

**OLE HYVÄ – LYHYTKURSSI
TARJOILUHENKILÖKUNNALLE**

UUSI!

**Stranden Bar & Kitchen
Mats ja Petra Rehnström
Kurssimaksu 25,00 €
4.3.–5.3.2024, 2 kurssikertaa
ma 18.00–20.00, ti 18.00–20.00
min 5 opisk. max 8 opisk.**

Lyhytkurssi tulevalle ravintola-alan henkilökunnalle. Kurssin aikana käydään läpi tarjoilun perusteet, baariteoriaa ja asiakaspalvelua. Kurssi soveltuu sinulle, jolla on aitoa kiinnostusta alaa kohtaan, olet joustava ja yhteistyöhaluinen ja tähtää alalla työskentelyyn. Kurssi on yhteistyö Stranden Bar & Kitchenin ravintoloitsijoiden Mats ja Petra Rehnströmin kanssa.

Kurssi on kaksikielinen.



■ ANNISKELOPASSI

**Hangö gymnasium
Carina Sontag
Kurssimaksu 70,00 €
7.3.–19.3.2024,
3 kurssikertaa
to 18.00–19.30,
ti 18.00–19.00
min 7 opisk.
max 40 opisk.**

**Luento ruotsiksi
to 7.3.2024 klo 18–19.30
Testi
ti 12.3.2024 klo 18
Uusintatesti
ti 19.3.2024 klo 18**

Muista ottaa mukaan henkilötodistus, kun tulet testiin (ajokortti, passi tai kuvallinen Kela-kortti).
Materiaali: valvira.fi ”Alkoholijuoimien anniskelu”.

Luento on ruotsiksi, mutta voit esittää kysymyksiä myös suomeksi. Alennukset eivät koske tätä kurssia. Ilmoita toimistoon haluatko suorittaa testin suomeksi vai ruotsiksi: s-posti; kansalaisopisto@hanko.fi tai puh. 040 146 0262.

■ HYGIENIAPASSI

**Hangö gymnasium
Kalle Niemi
Kurssimaksu 50,00 €
14.3.–21.3.2024,
2 kurssikertaa
to 18.00–19.00
min 7 opisk.
max 40 opisk.**

**Testitilaisuus to
14.3.2024 klo 18–19
Uusintatesti ti
21.3.2024
Testitilaisuus 50 €,
uusintatesti 20 €
Alennukset eivät koske
tätä kurssia.**

Muista ottaa mukaan henkilötodistus (ajokortti, passi tai kuvallinen Kela-kortti). Hygieniapassi on pakollinen kaikille pakkaamattomia ja helposti pilaantuvia elintarvikkeita käsitteleville. Hyväksytyin testin perusteella annetaan todistus ja hygieniapassikortti. Materiaalia: <http://www03.edu.fi/oppimateriaalit/purtavaapuhtaasti>

Ilmoita toimistoon, kummalla kielellä haluat tehdä testin, suomeksi vai ruotsiksi: s-posti kansalaisopisto@hanko.fi tai puh. 040 146 0262.

ILMOITTAUTUMISET ALKAVAT 21.8.2023 KLO 9.00

MERENKULKU

SAARISTOLAIVURI

UUSI!

Hangö gymnasium
Seppo Pailos
Kurssimaksu 52,00 €
15.1.–22.4.2024, 13 kurssikertaa
ma 18.00–20.15
min 7 opisk. max 19 opisk.

Jokaisen veneilijän peruskurssi. Tutustumme merenkulkuoppiin, merikarttatyöskentelyyn, opimme viitoituksen ja muut meriteiden turvalaitteet, liikennesäännöt ja paljon muuta. Kurssin jälkeen on mahdollisuus suorittaa saaristolaivuritutkinto. Erillinen materiaalikustannus (noin 75 €). Opettaja ilmoittaa milloin ja miten tutkinto pidetään.

TALOUS

SIJOITTAMISEN PERUSKURSSI

UUSI!

Etäkurssi
Sven-Eric Holmström
Kurssimaksu 45,00 €
2.10.–6.11.2023, 6 kurssikertaa
ma 18.00–20.00
min 7 opisk. max 50 opisk.

Tällä kurssilla opit ymmärtämään mistä sijoittamisessa on kyse, miten ja miksi teet sijoitussuunnitelmasi, millaisia riskejä sijoittamisessa oikeasti on ja mistä tuotto tulee. Tämän jälkeen tutustutaan eri sijoitustuotteiden ominaisuuksiin, etuihin ja haittoihin ja lopuksi katsotaan, miten pääomaverotus toimii. Aivan aluksi syvennytään kuitenkin sijoittamisen psykologiaan, sillä vaikeinta sijoittamisessa on tunteiden hallinta. Niillä on niin olennainen vaikutus, että kun tiedämme miksi ja miten ne vaikuttavat, sijoittaminen ja päätöksenteko selvästi helpompaa.

Luento 1: Sijoittamisen psykologia ja keskeisimmät syyt sijoittamiseen

Luento 2: Luo sijoitussuunnitelmasi ja pysy siinä

Luento 3: Millaisia riskejä on ja miten voit hallita niitä?

Luento 4: Mistä ja miten tuotot tulevat? Miten markkinat toimivat?

Luento 5: Tärkeimmät sijoitustuotteet

Luento 6: Pääomaverotus ja eri sijoitustuotteiden vero-ominaisuudet

Tämä on etäkurssi. Luennot pidetään klo 18–20 ja noin klo 19 on 10 minuutin tauko. Luennot nauhoitetaan ja osallistujat voivat vapaasti katsoa tallenteet 4 kk kurssin päättymisen jälkeenkin. Jokaisen luennon lopuksi on vapaamuotoinen keskustelu, jota ei nauhoiteta.

Luennoitsijana toimii sijoituskouluttaja Svenne Holmström, joka osaa yksinkertaistaa vaikeat asiat. Luennot ovat aina käytännönläheisiä. Svennellä on pitkä kokemus sijoittamisesta ja ammatillista kokemusta rahoitusosalta. Svennen yritys Ghost Investor keskittyy talous-, säästämis- ja sijoitusvalmennuksiin.

OSAKESIJOITTAMISEN PERUSKURSSI

UUSI!

Etäkurssi

Sven-Eric Holmström

Kurssimaksu 30,00 €

9.1.–30.1.2024, 4 kurssikertaa

ti 18.00–20.00

min 7 opisk. max 50 opisk.

Tämä on aloittelijoille suunnattu kurssi osakesijoittamisen kiehtovasta maailmasta. Opit tuntemaan keskeisimmät käsitteet ja eron suoriin osakkeisiin sijoittamisen ja osakerahastojen tai indeksirahastojen välillä. Kurssilla lähdetään siitä, että osakesijoittaminen tapahtuu osakesäästötilin kautta, mutta tutustumme myös arvo-osuustiliin. Käymme läpi, miten osakkeita ostetaan ja myydään, millainen rooli osingoilla on ja miten löydät hyviä yhtiöitä. Saat vinkkejä ensimmäisen osakesalkkusi kokoamiseen ja relevantin tiedon löytämiseen.

Luento 1: Millaista on sijoittaa osakkeisiin?

Luento 2: Kaupankäynti

Luento 3: Osakkeiden tuotto ja osakepoimintaa

Luento 4: Rakenna salkkusi, hallitse riskit ja löydä hyödyllistä tietoa

Tämä on etäkurssi. Luennot pidetään klo 18–20 ja noin klo 19 on 10 minuutin tauko. Luennot nauhoitetaan ja osallistujat voivat vapaasti katsoa tallenteet 4 kk kurssin päättymisen jälkeenkkin. Jokaisen luennon lopuksi vapaamuotoinen keskustelu, jota ei nauhoiteta.

Luennoitsijana toimii sijoituskouluttaja Svenne Holmström, joka osaa yksinkertaistaa vaikeat asiat. Luennot ovat aina käytännönläheisiä. Svennellä on pitkä kokemus sijoittamisesta ja ammatillista kokemusta rahoitusosalta. Svennen yritys Ghost Investor keskittyy talous-, säästämis- ja sijoitusvalmennuksiin.

OSAKESIJOITTAMISEN SYVENTÄVÄ KURSSI

UUSI!

Etäkurssi

Sven-Eric Holmström

Kurssimaksu 30,00 €

27.2.–19.3.2024, 4 kurssikertaa

ti 18.00–20.00

min 7 opisk. max 50 opisk.

Ilmoittautuminen alk. 21.8.2023

Kun osakesijoittamisen perusasiat ovat hallussa on hyvä aika pohtia, miten yrityksiä arvioidaan ja millainen strategia sopisi itselle parhaiten. Tämän kurssin avulla opit seulomaan yhtiöitä sekä laatu- ja arvostuslukujen, että arvostuskertoimien kautta. Lopuksi katsotaan, miten voit hallinnoida osakevarallisuuttasi ammattimaisesti mutta helposti.

Luento 1: Mitä tase ja tuloslaskelma kertovat? Yhtiön laatu- ja arvostusluvut ja live seulonta

Luento 2: Arvostuskertoimet ja live seulonta

Luento 3: Laatu-, arvo- ja kasvustrategiat

Luento 4: Hallinnoi osakevarallisuuttasi kuin ammattilainen, ilman turhaa stressiä

Tämä on etäkurssi. Luennot pidetään klo. 18–20 ja noin klo 19 on 10 minuutin tauko. Luennot nauhoitetaan ja osallistujat voivat vapaasti katsoa tallenteet 4 kk kurssin päättymisen jälkeenkkin. Jokaisen luennon lopuksi on vapaamuotoinen keskustelu, jota ei nauhoiteta.

Luennoitsijana toimii sijoituskouluttaja Svenne Holmström, joka osaa yksinkertaistaa vaikeat asiat. Luennot ovat aina käytännönläheisiä. Svennellä on pitkä kokemus sijoittamisesta ja ammatillista kokemusta rahoitusosalta. Svennen yritys Ghost Investor keskittyy talous-, säästämis- ja sijoitusvalmennuksiin.

KOTITALOUS

VIINEJÄ KAUDEN KASVISRUOILLE

UUSI!

Alan's Cafe
Anette Roos
Kurssimaksu 10,00 €
5.9.2023, 1 kurssikerta
min 7 opisk. max 14 opisk.

Syksyn sadonkorjuu tarjoaa maukkaita juureksia ja kasviksia. Maistamme muutamia viinejä selvittääksemme, miten ne sopivat kauden kasvisruoille.

Lisäksi materiaalimaksu 10 – 15 € / kerta.
Maksetaan paikan päällä, kortti tai käteinen käy.

VIINEJÄ POHJOISMAISTA

UUSI!

Alan's Cafe
Anette Roos
Kurssimaksu 10,00 €
10.10.2023, 1 kurssikerta
ti 18.00–19.30
min 7 opisk. max 14 opisk.

Viinien tuotanto on mahdollista nykyään jopa Pohjoismaissa. Minkälaisia viinejä täällä viljellään? Mitkä lajikkeet sopeutuvat viileään ilmastoon? Maistamme sekä rypäleistä että marjoista valmistettuja viinejä. Miten ne sopivat meidän pohjoismaisille ruuillemme?

Lisäksi materiaalimaksu 15 – 20 € / kerta.
Maksetaan paikan päällä, kortti tai käteinen käy.

ALKUVIINEJÄ

UUSI!

Alan's Cafe
Anette Roos
Kurssimaksu 10,00 €
7.11.2023, 1 kurssikerta
ti 18.00–19.30
min 7 opisk. max 14 opisk.

Luonnonmukaisuus myös viinimaailmassa. Yhä useampaa viiniä kutsutaan alkuviiniksi, eli viiniksi, joka tuotetaan mahdollisimman luonnollisesti ilman lisäaineita. Tällä kertaa maistamme muutamia alkuviinejä ja pohdimme, miten tuotanto vaikuttaa makuun.

Lisäksi materiaalimaksu 10 – 15 € / kerta.
Maksetaan paikan päällä, kortti tai käteinen käy.

JUUSTO JA VIINI

Alan's Cafe
Anette Roos
Kurssimaksu 10,00 €
5.12.2023, 1 kurssikerta
ti 18.00–19.30
min 7 opisk. max 14 opisk.

Viinin valinta juustotarjottimen oheen on ajankohtaista talven pyhien alla. Sama teema on meillä ollut aiemminkin, mutta nyt maistamme eri juustoja ja viinejä.

Lisäksi materiaalimaksu 10 – 15 € / kerta.
Maksetaan paikan päällä, kortti tai käteinen käy.

■ BLINIVIINEJÄ

UUSI!

Alan's Cafe
Anette Roos
Kurssimaksu 10,00 €
30.1.2024, 1 kurssikerta
ti 18.00–19.30
Vähintään 7 opisk.
Enintään 14 opisk.

Vuoden perinteinen blinijuhla on täällä. Pääsemme maistamaan muutamia viinejä blinien kanssa.

Lisäksi materiaalimaksu 10 – 15 € / kerta.
Maksetaan paikan päällä, kortti tai käteinen käy.

■ VIINIEN SOKKOMAISTELU

Alan's Cafe
Anette Roos
Kurssimaksu 10,00 €
ti 18.00–19.30
27.2.2024, 1 kurssikerta
Vähintään 7 opisk. Enintään 14 opisk.

Nyt pääsemme testaamaan omaa makuaiistiamme. Tämä on henkilökohtainen haaste, ei kilpailu. Maistelu toteutetaan sekä sokkona että puolisolokkona. Tällä kertaa otetaan mukaan muutama makupala, jotta saadaan uutta näkökulmaa maisteluun.

Lisäksi materiaalimaksu 10 – 15 € / kerta.
Maksetaan paikan päällä, kortti tai käteinen käy.

■ PORTUGALIN VIINIT

UUSI!

Alan's Cafe
Anette Roos
Kurssimaksu 10,00 €
19.3.2024, 1 kurssikerta
ti 18.00–19.30
min 7 opisk. max14 opisk.

Portugalin viineistä löytyy sopivia juomia koko aterialle, alkupaloista jälkiruokiin. Matkaamme läpi maan ja maistamme erilaisia viinityylejä ja yhdistämme niitä makupaloihin.

Lisäksi materiaalimaksu 10 – 15 € / kerta.
Maksetaan paikan päällä, kortti tai käteinen käy.

■ VIINEJÄ SALAATTIPÖYTÄÄN

UUSI!

Alan's Cafe
Anette Roos
Kurssimaksu 10,00 €
16.4.2024, 1 kurssikerta
ti 18.00–19.30
min 7 opisk. max 14 opisk.

Kevään ja kesän juhlat lähestyvät. Tällä kertaa maistamme sesongin ajankohtaisia viinejä ja selvitämme, miten ne sopivat raikkaiden salaattien kanssa.

Lisäksi materiaalimaksu 10 – 15 € / kerta.
Maksetaan paikan päällä, kortti tai käteinen käy.



LAULU JA MUSIIKKI

■ SEKAKUORO

Hankoniemen yläaste ja lukio, Haagapuisto
Antti Soininen

Kurssimaksu 30,00 € / lukukausi
5.9.–21.11.2023, 12 kurssikertaa
9.1.–2.4.2024, 12 kurssikertaa
min 6 opisk. max 14 opisk.

Kurssilla lauletaan etupäässä neliäänistä kuoro-
musiikkia. Huomiota kiinnitetään äänenmuodos-
tukseen ja harjoitellaan yhtenäistä kuoroasointia.

■ SOOLOLAULU

Hangö gymnasium
Eva Comét

Kurssimaksu 160,00 € / lukukausi
7.9.–9.11.2023, 10 kurssikertaa
11.1.–21.3.2024, 10 kurssikertaa
to 16.00–20.30
min 4 opisk. max 6 opisk.

Oletko aloittelija ja haluat oppia laulamaan?
Oletko jo laulanut jonkin aikaa ja haluat kehittää
ääntäsi? Silloin tämä on oikea kurssi sinulle.
Kurssilla saat yksityisohjausta ja tukea vapaan
hengityksen ja luonnollisen äänenmuodostuksen
löytämiseen. Opit äänifysiologian, fraseerauksen
ja tulkinnan perusteet. Repertuaarin valitsemme
yhdessä, kaikkea klassisesta rytmimusiikkiin.
Kurssi on kaksikielinen.

■ PUHALLINPIIRI

Keskuskoulu
Minna Lehtonen

Kurssimaksu 32,00 € / lukukausi
17.9.–19.11.2023, 6 kurssikertaa
14.1.–7.4.2024, 6 kurssikertaa
su 16.00–19.00
min 7 opisk. max 20 opisk.

Kurssilla opetellaan uusia kappaleita ja
kerrataan vanhoja. Käydään läpi tulkintaan,
rytmiin, soittotekniikkaan ja puhtauteen
liittyvät kysymykset, jotta saadaan hyvin soiva
ja svengaava kappale. Kurssille sopii kaikki
puhallinsoittimet (ei nokkahuilu), ja edellyttää
nuotinlukutaitoa sekä instrumentin hallintaa.

Pidetään hauskaa soittamalla!

Kurssi on kaksikielinen.

KIELET

SLAVA UKRAINI! KUNNIA UKRAINALLE! ÄRA TILL UKRAINA!

UUSI

Hangö gymnasium
Valentina Halen
Kurssimaksu 34,00 € / lukukausi
alkaa syyskuussa 2023, 12 kurssikertaa
alkaa tammikuussa 2024, 12 kurssikertaa
to 18.00–19.30
min 7 opisk. max 15 opisk.
Kursssiajankohdat ilmoitetaan myöhemmin.

Sydämellisesti tervetuloa ukrainan kielen alkeiskurssille.

Kurssilla opimme ensisijaisesti kieltä, mutta tutustumme myös Ukrainan historiaan, kulttuuriin ja yhteiskuntaelämään.

Kurssi on kaksikielinen (ruotsiksi ja suomeksi). Se on suunnattu aloittelijoille eikä vaadi aiempaa ukrainan kielen taitoa.

Ukrainan kieli on maan virallinen kieli ja sitä puhuu noin 45 miljoonaa ihmistä maailmassa. Ukraina on itäslaavilainen kieli, joka on läheistä sukua valkovenäjälle ja venäjälle.

Ukrainaa puhutaan ennen kaikkea maan länsi- ja keskiosassa, kun taas venäjää puhutaan etelä- ja itäosassa. Pääkaupungissa Kiovassa venäjä oli aikaisemmin pääkieli, mutta nykyään ukrainaa puhutaan laajalti, ja viralliset kyltit ja tiedotteet ovat myös ukrainaksi.

Valentina Halen on syntynyt Ukrainassa ja osaa kertoa paljon kielestä ja maasta. Hän on aikaisemmin opettanut venäjää kansalaisopistossa.

Ukrainan kielen osaaminen voi auttaa kontakteissa ja viestinnässä sotaa paenneiden ihmisten kanssa.

■ ESPANJAA ALOITTELIJALLE (A1)

Hangö gymnasium
Ann-Mari Kraufvelin
Kurssimaksu 34,00 € / lukukausi
6.9.–22.11.2023, 12 kurssikertaa
10.1.–3.4.2024, 12 kurssikertaa
ke 17.45–19.15
min 6 opisk. max 18 opisk.

Eikö olisikin mukavaa, jos osaisit vähän espanjaa, kun seuraavan kerran matkustat? Tule mukaan meidän mukavaan jengiin ja opettele espanjan alkeet! Opiskelemme rauhassa, kertaamme ja opimme myös tietenkin paljon uutta, leikkien ja hyvällä mielellä.

Kurssi soveltuu sinulle, joka olet lukenut noin vuoden verran. Ei haittaa, jos siitä on jo aikaa. Opettajan oma opetusmateriaali, nettitehtäviä, musiikkia + opetuskirja Buenas Migas 1, vanhempi painos.

Kurssi on kaksikielinen.

■ ESPANJAA JO OSAAVILLE (A2–B1)

Hangö gymnasium
Ann-Mari Kraufvelin
Kurssimaksu 34,00 € / lukukausi
6.9.–22.11.2023, 12 kurssikertaa
10.1.–3.4.2024, 12 kurssikertaa
ke 16.15–17.45
min 6 opisk. max 18 opisk.

Espanjan jatkokurssi sinulle, joka on jo opiskellut espanjaa aikaisemmin. Kurssikirjana Buenas Migas 2, nettimateriaalia sekä opettajan lisämateriaali.

Kurssi on kaksikielinen.



← ■ HALLO, DEUTSCH FÜR ALLE!

Hangö gymnasium

Pentti Rantanen

Kurssimaksu 34,00 € / lukukausi

14.9.–30.11.2023, 12 kurssikertaa

11.1.–4.4.2024, 12 kurssikertaa

to 18.00–19.30

min 6 opisk. max 14 opisk.

Kurssi on saksan kielen jatkokurssi perustaidot hyvin osaaville. Oppikirjana on Hallo 3 – saksaa aikuisille. Sen lisäksi tutustutaan saksankieliseen uutisointiin, lyriikkaan ja musiikkiin. Tavoitteena on rohkaistua keskustelemaan sekä arkipäiväisistä että ajankohtaisista teemoista. Koti- ja käännöstehtävät antavat oppimiselle syvyyttä.

Kurssi on kaksikielinen.

■ MATKAILUITALIAA (VERKKOKURSSI)

Etäkurssi

Antti Tapaninaho

Kurssimaksu 33,00 € / lukukausi

11.9.–4.12.2023, 12 kurssikertaa

8.1.–8.4.2024, 12 kurssikertaa

ma 19.30–21.00

min 6 opisk. max 50 opisk.

Oletko suunnittelemassa matkaa Italiaan tai muuten kiinnostunut italian kielestä ja kulttuurista? Tällä kurssilla pääpaino on kieliopin sijaan arkipäivän kielenkäytössä. Keskitymme erityisesti matkailijaa kiinnostaviin teemoihin, kuten kaupoissa, ravintoloissa, museoissa ja toreilla asioimiseen. Lisäksi keskustelemme liikennevälineistä, ruokakulttuurista ja eri matkakohteista Italiassa.

Kurssi soveltuu niin vasta-alkajille kuin italiaa jo vähän osaaville.

Kirja: In viaggio



KIRJALLISUUS

KIRJALLISUUSPIIRI

Hangö gymnasium
Eija Oranen-Hilko, Marketta Wall
Kurssimaksu 15,00 € / lukukausi
12.9.–12.12.2023, 4 kurssikertaa
9.1.–2.4.2024, 4 kurssikertaa
ti 17.00–18.30
min 6 opisk. max 15 opisk.

Luemme kirjallisuutta eri alueilta ja keskustelemme luetusta. Erilaiset tulkinnat syventävät lukukokemusta. Kirjallisuuspiiriin parasta antia on hyväksyvä suhtautuminen. Syksyn ensimmäisellä kerralla käsittelemme elämäkertoja sekä suunnittelemme lukuvuoden ohjelmaa.

ILOA KIRJOITTAMISESTA

Hangö gymnasium
Elina Seikku
Kurssimaksu 28,00 €
5.9.–28.11.2023, 7 kurssikertaa
ti 18.00–19.50
min 6 opisk. max 10 opisk.

Kirjoittajalla on sisällään maailma, jota kukaan muu ei näe. Hänellä on uteliaat silmät ja korvat, joilla hän havainnoi ympäröivää maailmaa. Hän innostuu kirjoista, sanoista ja lauseista.

Luova teksti syntyy omasta näkökulmasta tuttuihin asioihin. Olet lämpimästi tervetullut tekemään oivalluksia ja löytämään oman tyyli. Ei haittaa, vaikkot olisi kirjoittanut koulun jälkeen mitään!

Huomioi, että kurssi on joka toinen viikko.

TIETOTEKNIikka

LIVE HELPDESK

Kirjasto
Joakim Lindström
Ei kurssimaksua
4.9.–11.12.2023, 14 kurssikertaa
8.1.–22.4.2024, 14 kurssikertaa
ma 17.00–19.00
min 2 opisk. max 10 opisk.

Ajanvaraus: Jos haluat tavata Joakimin, voit varata ajan kirjaston asiakaspalvelutiskiltä henkilökohtaiseen neuvontaan.

Varauslista on saatavilla viikosta 35 eteenpäin.

Nyt sinulla on mahdollisuus pyytää apua asiantuntevalta: laskujen maksu, junalipun tilaaminen, passin hakeminen tai laboratorioajan tilaaminen jne. turvallisesti tietokoneella.

Ota tapaamiseen mukaan tietokoneesi, tablettisi tai älypuhelimesi.

Jos tarvitset apua uuden koneesi, älypuhelimesi tai tablettisi käyttöönotossa, muista varata vähintään kaksi peräkkäistä aikaa.

TERVEYS, HYVINVOINTI

HYVÄN OLON VIIKONLOPPU KOLMENA VIIKONLOPPUNA

UUSI!

Hangö gymnasium

Sari Niskanen

Kurssimaksu 45,00 € / kurssi

6.10.–8.10.2023, 3 kurssikertaa

3.11.–5.11.2023, 3 kurssikertaa

9.2.–11.2.2024, 3 kurssikertaa

pe 18.00–19.30, la 14.00–15.30,

su 11.00–12.30

min 7 opisk. max 25 opisk.

Hyvän olon viikonloppu on sinulle, joka kaipaat vinkkejä kehon ja mielen rauhoittamiseen, mutta myös virkistämiseen ja energisoimiseen. Viikonlopun aikana teemme kolme 90 minuutin mittaista harjoitusta, joista jokainen on hiukan erilainen sisällöltään. Perjantai-iltana rauhoittumme lempeän venyttelyn ja meditaation avulla, lauantaina teemme kehoa vahvistavan pilatesharjoituksen ja pitkän rentoutuksen ja sunnuntaina virkistämme kehoa ja mieltä liikkuvuus- ja hengitysharjoitusten avulla. Aiempaa kokemusta pilateksesta tai meditaatiosta et tarvitse.

Tuo mukanasasi: joogamatto, kaksi villttä, pieni tyyny ja vesipullo.

VYÖHYKETERAPEUTTINEN VAUVAHIERONTA

Valosali

Malin Grönholm

Kurssimaksu 12,00 €

4 kurssikertaa

ti 10.00–10.45

5.3.–26.3.2024

Vähintään 6 opisk. Enintään 8 opisk.

Hetki läheisyyttä vauvalle ja vanhimmalle: harjoittelemmekin kevyttä hierontaa vauvalle. Käymme läpi vyöhyketerapeuttisia pisteitä jaloissa. Siten voi hoitaa esim. ummetusta ja ongelmia ruoansulatuksessa ja hampaiden puhkeamisessa.

Hieronta sopii 3 viikon – 11 kuukauden ikäisille vauvoille. Ota oma pyyhe mukaan.



ILOA JA ENERGIAA NAISILLE 60+

Valosali

Eija Bergström

Kurssimaksu 60,00 € / 25,00 €

7.9.–30.11.2023, 8 kurssikertaa

11.1.–11.4.2024, 5 kurssikertaa

to 9.15–10.45, to 13.00–13.45

Vähintään 6 opisk. Enintään 10 opisk.

Et ole sairas, mutta et tunne itseäsi ihan terveekikään. Kurssi on suunnattu naisille. Hallinnassa oleva diabetes, verenpainetauti tai nivelrikko ei ole kurssille osallistumisen esteinä. Tutustumme eri liikuntamuotoihin käytännön harjoitusten kautta, turvallisesti fysioterapeutin ohjauksessa. Ravinto-osuudessa käymme läpi kehon tarpeet hyvinvoinnin kannalta ja sekä raaka-aineiden että suoliston hyvän kunnon merkityksen. Kurssin alussa luodaan yleiset ja henkilökohtaiset tavoitteet ja yhdessä.

Poimi kurssilta parhaat raaka-aineet omaan liikunta- ja ravintopiirakkaasi!

KADONNUT KESKITTYMISKYKY

UUSI!

Hangö gymnasium

Eija Bergström

Kurssimaksu 20,00 € / 40,00 €

15.11.–29.11.2023, 3 kurssikertaa

10.1.–6.3.2024, 8 kurssikertaa

ke 18.00–18.45

min 7 opisk. max 20 opisk.

Multitaskaatko? Poltteleeko kännykkä taskussasi? Ajatuksissasi ajoit ohi risteyksestä, josta sinun piti kääntyä. Miksi keskittymiskykymme on heikentynyt? Kurssi on johdantokurssi keväällä pidettävään 8 viikon tietoisien läsnäolon kurssiin.

JOOGA, PILATES, RENTOUTUS

PILATES PERUSKURSSI

Hangonkylän esikoulu

Eija Bergström

Kurssimaksu 40,00 €

5.9.–26.9.2023, 4 kurssikertaa

ti 18.00–19.30

min 7 opisk. max 10 opisk.

Tiivis tekniikkakurssi, jossa opitaan pilatesmenetelmän perusasiat. Pilates on kokonaisvaltaista kehonhuoltoa ja soveltuu niin miehille kuin naisille. Pilatesharjoittelun myötä tekniikkasi paranee, ja arkiliikunnassa kehosi toimii tarkoituksenmukaisemmin.

Peruskurssin jälkeen alkavat tasojen 1 ja 2 kurssit. Valitse jatkokurssi tasosi mukaan.

PILATES – TASO 1

UUSI!

Hangonkylän esikoulu

Eija Bergström

Kurssimaksu 50,00 € / 60,00 €

3.10.–5.12.2023, 10 kurssikertaa

9.1.–2.4.2024, 12 kurssikertaa

ti 18.00–18.45

min 7 opisk. max 14 opisk.

Pilatesmenetelmän perusasiat ovat hallussa. Kurssilla hiemme tekniikkaa ja karsimme virheellisiä liikemalleja sekä otamme pienvälineet käyttöön. Soveltuu niin miehille kuin naisille.



← ■ PILATES – TASO 2

UUSI!

Hangonkylän esikoulu
Eija Bergström
Kurssimaksu 50,00 €/60,00 €
3.10.–5.12.2023, 10 kurssikertaa
9.1.–2.4.2024, 12 kurssikertaa
ti 19.00–19.45
min 7 opisk. max14 opisk.

Harjoitus tekee mestarin. Liikkeet ja liikesarjat muuttuvat hieman haastavimmiksi ja tavoitteena parantaa kehon liikekontrollia edelleen. Mukana pienvälineet. Soveltuu niin miehille kuin naisille.

■ KADONNEEN KORSETIN METSÄSTYS, PILATES TASO 2

Valosali
Eija Bergström
Kurssimaksu 50,00 €/60,00€
5.10.–7.12.2023, 10 kurssikertaa
11.1.–4.4.2024, 12 kurssikertaa
to 10.00–10.45
min 6 opisk. max14 opisk.

Pilates-jatkokurssilla sinulle on jo neutraaliasento tuttu, hallitset lapatuen sekä tukivoimapisteidän käytön. Pilates-harjoitteilla parannamme kehon sisäistä korsettia ja korjaamme kehon virheasentoja.

Ota mukaan oma jumppamatto.

■ PILATES LAPPOHJA

UUSI!

Lappohjan koulu
Minna Lindström
Kurssimaksu 36,00 € / lukukausi
7.9.–23.11.2023, 12 kurssikertaa
11.1.–4.4.2024, 12 kurssikertaa
to 17.30–18.30
min 7 opisk. max 10 opisk.

Pilatesharjoittelu perustuu Joseph Pilateksen (1883–1967) luomaan kehonhallintamenetelmään. Harjoittelun pohjana ovat pilateksen kuusi perusperiaatetta: keskittyminen, kehon keskustan käyttö, hallinta, hengitys, tarkkuus ja liikkeen virtaus. Pääasiallisena tavoitteena on vahva, vakaa ja hyvin toimiva keho.

Kurssi sopii kaikille pilatesharjoittelusta kiinnostuneelle. Aloitamme alkeistunneista.

Mukaan tarvitset täyspitkän jumppamatton.

Tervetuloa syventymään oman kehon äärelle!



■ TUOLIJOOGA

Valosali

Ann-Mari Kraufvelin

Kurssimaksu 36,00 € / lukukausi

6.9.–22.11.2023, 12 kurssikertaa

10.1.–3.4.2024, 12 kurssikertaa

ke 9.45–11.15

min 6 opisk. max 16 opisk.

Kaikki harjoitukset voidaan tehdä tuolilla, eikä ketteryyttä tai aikaisempaa kokemukusta joogasta vaadita. Etenemme hitaasti ja yhdistämme tietoisien hengityksen ja pehmeät liikkeet. Istumme ensisijaisesti tuolilla tai käytämme sitä apuvälineenä esim. tasapainoharjoitteluissa. Työskentelet kokonaan omien edellytystesi mukaan. Jos haluat rentoutua makuulla, tuo mukanasasi myös jumppa-tai joogamaton ja lämmin villtti.

Kurssi on kaksikielinen.

■ YIN-JOOGA MAANANTAI

Valosali

Ann-Mari Kraufvelin

Kurssimaksu 60,00 € / lukukausi

4.9.–20.11.2023, 12 kurssikertaa

8.1.–8.4.2024, 12 kurssikertaa

ma 17.45–19.15

min 6 opisk.

max 16 opisk.

Pehmeä yin-jooga jossa keskitytään olemaan tässä hetkessä. Rentoudutaan ja annetaan painovoiman ohjata kehoa eri asentoihin. Sinulla on todellakin mahdollisuus juurtua ja vain antautua hetkeen.

Kurssi on kaksikielinen.

■ YIN-JOOGA TORSTAI

Valosali

Ann-Mari Kraufvelin

Kurssimaksu 60,00 € / lukukausi

7.9.–23.11.2023, 12 kurssikertaa

11.1.–4.4.2024, 12 kurssikertaa

to 19.00–20.30

min 6 opisk. max 16 opisk.

Yin-jooga on erittäin rauhallinen joogamuoto, jossa keskitymme vain olemaan nykyisyydessä ja antamaan painovoiman ja rentouttavan hengityksen ohjata vartaloa eri asentoihin. Yin-jooga soveltuu hyvin niille, jotka ovat hieman jäykkiä ja kankeita. Yin-joogan asentojen avulla haluamme lisätä nivelten liikettä ja vaikuttaa pääasiassa lonkkien, lantion ja alaselän sidekudokseen, mutta myös koko muu vartalo voidaan käsitellä.

Yin-jooga on erittäin rauhallinen, pehmeä ja meditatiivinen harjoittelu, joka tarjoaa mahdollisuuden harjoittaa tietoista hyväksyvää läsnäoloa hetkessä. Harjoitukset räätälöidään osallistujien mukaan, eikä mitään aiempaa kokemusta joogasta vaadita. Sinua ohjataan turvallisesti: joskus vain oman hengityksen mukaan, joskus runoilla, mantrilla ja musiikilla.

Kurssi on kaksikielinen.

■ LEMPEÄ AAMUJOOGA TUULIKELLOILLA

UUSI!

Valosali

Ann-Mari Kraufvelin

Kurssimaksu 25,00 €

16.10.–20.11.2023, 6 kurssikertaa

ma 10.00–11.00

min 7 opisk. max 16 opisk.

Aamujooga soveltuu erinomaisesti aloittelijoille. Venyttemme ja herättelemme kehoa leikkisillä liikkeillä ja rentouttavilla tuulikelloilla. Ketteryyttä ei vaadita. Tarvittaessa voit tehdä osan liikkeistä istuen tuolilla, jos sinulla on vaikeuksia olla alhaalla matolla.

Kurssi on kaksikielinen.



← ■ LEMPEÄ JOOGA FLOW

Valosali

Ann-Mari Kraufvelin

Kurssimaksu 25,00 € / 50,00 €

4.9.–9.10.2023, 6 kurssikertaa

8.1.–8.4.2024, 12 kurssikertaa

ma 16.45–17.45

min 6 opisk. max 16 opisk.

Pehmeä flow jooga, joka soveltuu mainiosti aloittelijoille. Miksi et tulisi mukaan kokeilemaan jotain uutta ilman minkäänlaisia suorituspaineita? Tunnin aikana keskitytään olemaan läsnä tässä hetkessä. Pehmeitä, leikkisiä liikkeitä (flow), ja lopetamme jokaisen tunnin rentoutumalla tuulikellojen parissa. Jos haluat vielä lisää rentouttavia hetkiä, voit jatkaa yin-joogaan, joka alkaa heti tämän tunnin jälkeen.

■ JOOGA FLOW

Valosali

Ann-Mari Kraufvelin

Kurssimaksu 60,00 € / lukukausi

7.9.–23.11.2023, 12 kurssikertaa

11.1.–4.4.2024, 12 kurssikertaa

to 17.30–19.00

min 6 opisk. max 16 opisk.

Lämpimästi tervetuloa kokemaan 90 minuuttia puhdasta joogaista itserakkautta. Painopiste on tietoisessa läsnäolossa, liikkeessä ja hengityksessä. Tunti auttaa sinua avaamaan ja venyttämään kehoasi ja vahvistaa sinua lempeällä ja mukavalla tavalla. Liikkeet ovat pehmeitä ja leikkisiä, ja sinulla on myös aikaa todella keskittyä itseesi. Lopetamme jokaisen tunnin mukavalla rentoutuksella tuulikellojen parissa. Jos haluat vielä lisää rentouttavia hetkiä, voit jatkaa yin-joogan, joka alkaa heti tämän tunnin jälkeen.

Kurssi on kaksikielinen.

■ SOINTUKYLPY ELI ÄÄNIMALJARENTOUTUS

Valosali

Outi Granroth

Kurssimaksu 25,00 €/lukukausi

30.10.–27.11.2023, 5 kurssikertaa

15.1.–12.2.2024, 5 kurssikertaa

ma 19.30–20.30

min 6 opisk. max 20 opisk.

Sointukylpy on äänivärähtelyyn perustuva syvärentoutusmenetelmä, joka rentouttaa kokonaisvaltaisesti kehoa ja mieltä. Äänimaljat ja muut hoitavat soittimet johdattavat rentoutuksen tilaan, joka tarjoaa ainutlaatuisen matkan omaan sisimpään. Rentoutuksen aikana osallistujat makoilevat mukavasti joogamatolla viltin alla, eikä sen aikana tarvitse suorittaa mitään. Sointukylvyssä soitetaan tiibetiläisiä äänimaljoja, koshia eli tuulikelloja, tingsoja eli meditaatiokelloja sekä intiaaniensadekeppiä.

Ota mukaan oma joogamatto, viltti sekä halutessasi pieni tyyny päälle. Pukeudu mukavasti ja lämpimästi.

Sointukylpy ei sovellu henkilöille, joilla on syöpähoitot käynnissä, vakava sydänsairaus tai sydämentahdistin.

Huom! Syksyn ja kevään kurssit ovat samanlaisia.



VESILIIKUNTA

Vesiliikuntaryhmämme ovat suosittuja, ja haluamme varmistaa mahdollisimman monelle paikan jossakin ryhmässä. Valitse tarjonnasta sopivimmat ryhmät, johon haluat osallistua. Ennen kurssien alkua sijoitamme osallistujat ryhmiin toiveiden ja aikajärjestyksen (ilmoittautumisen ajankohdan) mukaisesti. Ilmoittamme, mihin ryhmään olet saanut paikan. Kaikki muutokset tapahtuvat kanslian kautta.

HUOM! ILMOITTAUTUMINEN ALKAA KESKIVIIKKONA 16.8.2023 KLO 9.00

■ HAPPY MONDAY I

UUSI!

Astrea Uima-allas
Charlotta Wickman
Kurssimaksu 60,00 € / lukukausi
4.9.–27.11.2023, 12 kurssikertaa
8.1.–8.4.2024, 12 kurssikertaa
ma 11.00–11.40
min 6 opisk. max 8 opisk.

Happy Monday! Aloita viikko hauskasti ja vauhdikkaasti tehokkaalla vesitreeneillä!

Vesiliikunta, joka sopii jokaiselle, kuntotasosta riippumatta. Hauskaa ja vauhdikasta, lihaskuntoa parantavaa sekä rentouttavaa liikuntaa erilaisilla välineillä lempeässä elementissä. Vesiliikunta on turvallinen tapa treenata, erityisesti jos on polvi-, lonkka- tai selkäongelmia.

Kurssi on kaksikielinen.

■ HAPPY MONDAY II

UUSI!

Astrea Uima-allas
Charlotta Wickman
Kurssimaksu 60,00 €/lukukausi
4.9.–27.11.2023, 12 kurssikertaa
8.1.–8.4.2024, 12 kurssikertaa
ma 11.45–12.25
min 6 opisk. max 8 opisk.

Happy Monday! Aloita viikko hauskasti ja vauhdikkaasti tehokkaalla vesitreeneillä!

Vesiliikunta, joka sopii jokaiselle, kuntotasosta riippumatta. Hauskaa ja vauhdikasta, lihaskuntoa parantavaa sekä rentouttavaa liikuntaa erilaisilla välineillä lempeässä elementissä. Vesiliikunta on turvallinen tapa treenata, erityisesti jos on polvi-, lonkka- tai selkäongelmia.

Kurssi on kaksikielinen.





■ AQUA-FIT VESILIIKUNTA I

Astrea Uima-allas
Susann Lönnqvist
Kurssimaksu 60,00 € / lukukausi
4.9.–20.11.2023, 12 kurssikertaa
8.1.–8.4.2024, 12 kurssikertaa
ma 17.30–18.15
min 7 opisk. max 8 opisk.

Vesiliikunta, joka sopii jokaiselle kuntotasosta riippumatta. Hauskaa ja vauhdikasta, lihaskuntoa parantavaa ja rentouttavaa liikuntaa erilaisilla välineillä lempeässä elementissä. Vesiliikunta on turvallinen tapa treenata, erityisesti jos on polvi-, lonkka- tai selkäongelmia.

Kurssi on kaksikielinen.

■ AQUA-FIT VESILIIKUNTA II

Astrea Uima-allas
Susann Lönnqvist
Kurssimaksu 60,00 € / lukukausi
4.9.–27.11.2023, 12 kurssikertaa
8.1.–8.4.2024, 12 kurssikertaa
ma 18.30–19.15
min 7 opisk. max 8 opisk.

Vesiliikunta, joka sopii jokaiselle kuntotasosta riippumatta. Hauskaa ja vauhdikasta, lihaskuntoa parantavaa ja rentouttavaa liikuntaa erilaisilla välineillä lempeässä elementissä. Vesiliikunta on turvallinen tapa treenata, erityisesti jos on polvi-, lonkka- tai selkäongelmia.

Kurssi on kaksikielinen.

■ AQUA-FIT VESILIIKUNTA III

Astrea Uima-allas
Susann Lönnqvist
Kurssimaksu 60,00 € / lukukausi
7.9.–23.11.2023, 12 kurssikertaa
11.1.–4.4.2024, 12 kurssikertaa
to 18.30–19.15
min 7 opisk. max 8 opisk.

Vesiliikunta, joka sopii jokaiselle kuntotasosta riippumatta. Hauskaa ja vauhdikasta, lihaskuntoa parantavaa ja rentouttavaa liikuntaa erilaisilla välineillä lempeässä elementissä. Vesiliikunta on turvallinen tapa treenata, erityisesti jos on polvi-, lonkka- tai selkäongelmia.

Kurssi on kaksikielinen.

■ VESILIIKUNTA MIEHILLE

Astrea Uima-allas
Susann Lönnqvist
Kurssimaksu 60,00 € / lukukausi
7.9.–23.11.2023, 12 kurssikertaa
11.1.–4.4.2024, 12 kurssikertaa
to 17.30–18.15
min 7 opisk. max 8 opisk.

Vesiliikunta, joka sopii jokaiselle kuntotasosta riippumatta. Hauskaa ja vauhdikasta, lihaskuntoa parantavaa sekä rentouttavaa liikuntaa erilaisilla välineillä lempeässä elementissä. Vesiliikunta on turvallinen tapa treenata, erityisesti jos on polvi-, lonkka- tai selkäongelmia.

Kurssi on kaksikielinen.

HUOM! ILMOITTAUTUMINEN ALKAA KESKIVIIKKONA 16.8.2023 KLO 9.00

■ WAKE ME UP I

Astrea Uima-allas
Charlotta Wickman
Kurssimaksu 60,00 €/60,00 €
5.9.–21.11.2023, 12 kurssikertaa
9.1.–2.4.2024, 12 kurssikertaa
ti 8.00–8.40
min 6 opisk. max 8 opisk.

Wake me up! Vesitreeniä aamuvirkuille.

Vesiliikunta, joka sopii jokaiselle, kuntotasosta riippumatta. Hauskaa ja vauhdikasta, lihaskuntoa parantavaa sekä rentouttavaa liikuntaa erilaisilla välineillä lempeässä elementissä. Vesiliikunta on turvallinen tapa treenata, erityisesti jos on polvi-, lonkka- tai selkäongelmia.

Kurssi on kaksikielinen.

UUSI!

■ WAKE ME UP II

Astrea Uima-allas
Charlotta Wickman
Kurssimaksu 60,00 € / lukukausi
5.9.–21.11.2023, 12 kurssikertaa
9.1.–2.4.2024, 12 kurssikertaa
ti 8.45–9.25
min 6 opisk. max 8 opisk.

Wake me up! Vesitreeniä aamuvirkuille.

Vesiliikunta, joka sopii jokaiselle, kuntotasosta riippumatta. Hauskaa ja vauhdikasta, lihaskuntoa parantavaa sekä rentouttavaa liikuntaa erilaisilla välineillä lempeässä elementissä. Vesiliikunta on turvallinen tapa treenata, erityisesti jos on polvi-, lonkka- tai selkäongelmia.

Kurssi on kaksikielinen.

UUSI!



LIIKUNTA

LIIKETTÄ NIVELIINI!

UUSI!

Valosali

Eija Bergström

Kurssimaksu 35,00 € / lukukausi

6.9.–8.11.2023, 10 kurssikertaa

10.1.–20.3.2024, 10 kurssikertaa

ke 18.00–18.45

min 7 opisk. max 20 opisk.

Kuntojumpaa miehille ja naisille. Helppo ohjelma, tehoista tinkimättä, jossa sykettä, voimaa ja liikkuvuutta. Fysioterapeutin ohjeet liikkumiseen.

LIKKUVUUS JA KEHONHUOLTO

UUSI!

Valosali

Minna Lindström

Kurssimaksu 36,00 € / lukukausi

7.9.–23.11.2023, 12 kurssikertaa

11.1.–4.4.2024, 12 kurssikertaa

to 12.00–13.00

min 6 opisk. max 15 opisk.

Tunti koostuu liikkeistä ja liikesarjoista, jotka parantavat liikkuvuutta, voimaa ja kehonhallintaa. Kehonhuolto-osuudessa käytämme hierontapalloja, kuminauhoja ja joogatiiliä. (välineet valmiina)

Liikkeet ja asennot ovat lempeitä ja huoltavia liikkeitä koko keholle ja rauhoittavat myös mielen. Tunti sopii kaikille. Annan myös vaihtoehtoja liikkeille.

Anna kehollesi, mitä se tarvitsee voidakseen hyvin!

Mukaan tarvitet jumbpamaton ja vesipullon.

LIKKUVUUS JA KEHONHUOLTO LAPPOHJA

UUSI!

Lappohjan koulu

Minna Lindström

Kurssimaksu 36,00 € / lukukausi

7.9.–23.11.2023, 12 kurssikertaa

11.1.–4.4.2024, 12 kurssikertaa

to 18.30–19.30

min 6 opisk. max 20 opisk.

Tunti koostuu liikkeistä ja liikesarjoista, jotka parantavat liikkuvuutta, voimaa ja kehonhallintaa. Kehonhuolto-osuudessa käytämme hierontapalloja, kuminauhoja ja joogatiiliä. (välineet valmiina)

Liikkeet sekä asennot ovat lempeitä ja huoltavia liikkeitä koko keholle ja rauhoittavat myös mielen. Tunti sopii kaikille. Annan myös vaihtoehtoja liikkeille.

Anna kehollesi, mitä se tarvitsee voidakseen hyvin!

Mukaan tarvitet jumbpamaton ja vesipullon.

JUMPPATUOKIO LAPPOHJASSA

Lappohjan koulu

Päivi Soipio

Kurssimaksu 36,00 € / lukukausi

6.9.–22.11.2023, 12 kurssikertaa

10.1.–3.4.2024, 12 kurssikertaa

ke 18.00–19.30

min 6 opisk. max 20 opisk.

Jumbpattuokio pitää sisällään venyttelyliikkeitä, lihaskunto- ja tasapainoharjoitteita. Ylläpidetään peruskuntoa, liikkuvuutta ja hyvää oloa.

Sopii kaikenikäisille ja -kuntoisille.

■ PALLOILU- JA LIIKUNTAPIIRI

Casino-halli
Veikko Savolainen
Kurssimaksu 35,00 € / lukukausi
18.9.–11.12.2023, 12 kurssikertaa
8.1.–8.4.2024, 12 kurssikertaa
ma 18.00–19.30
min 6 opisk. max 15 opisk.

Ensimmäisenä kurssi-iltana päätämme yhdessä kauden ohjelmasta. Kurssin sisältö muodostuu pääasiassa lentopallosta ja salibandystä sekä muista mahdollisista palloilulajeista. Voimme tutustua teemoina myös esim. keilailuun, ilma-aseammuntaan, tennikseen, lenkkeilyyn ja patikointiin.

Ensimmäinen kokoontuminen ma 18.9.2023
Gymnasiumin tiloissa.

■ KUNTOLENTOPALLO

Casino-halli
Veikko Savolainen
Kurssimaksu 35,00 € /
lukukausi
19.9.–5.12.2023,
12 kurssikertaa

9.1.–2.4.2024,
12 kurssikertaa
ti 18.30–20.00
min 6 opisk.
max 15 opisk.

Kuntolentopallo on tarkoitettu kaikenikäisille ja -kielisille, naisille ja miehille – peruspallopelistä kiinnostuneille. Pelaamme niin, että pallot eläisivät mahdollisimman pitkään, jotta jokainen pelaaja saisi osallistua ja liikkua mahdollisimman paljon pelissä. Tärkeintä ei ole pisteiden lasku vaan iloinen liikkuminen yhdessä. Tule rohkeasti mukaan ryhmäämme, jos sinulla on jonkin verran kokemusta lentopallon pelaamisesta tai muista pallopeleistä.

Teemme aluksi pienen lämmittelyvenyttelyn, jossa on myös tasapainoliikkeitä.

■ OLDBOYS VOLLEYBALL

Casino-halli
Risto Juhani Orpana
Kurssimaksu 35,00 € /
lukukausi
6.9.–22.11.2023,
12 kurssikertaa

10.1.–3.4.2024,
12 kurssikertaa
ke 18.30–20.00
min 6 opisk.
max 13 opisk.

Kurssin tavoite on ylläpitää kuntoa lentopalloa pelaten yleisen hyvinvoinnin saavuttamiseksi.

TANSSI

SELVIITYMISPAKKAUS PARITANSSEIHIN

Brankis
Miia Malmen,
Esa Hyppönen
8.3.–6.4.2024,
6 kurssikertaa

Kurssimaksu 45,00 €
pe 17.30–19.45,
la 12.30–14.45
min 6 opisk.
max 30 opisk.

Haluaisitko oppia tanssimaan? Tuntuuko, että sinulla on kaksi vasenta jalkaa? Ei hätää, uskomme, että kaikki oppivat tanssimaan. Tanssi on myös pariskunnalle ihana yhteinen harrastus. Ota nyt lavatanssit haltuun muutaman viikon peruskursseilla. Olet lämpimästi tervetullut, vaikka et olisi ennen tanssinut askeltakaan!

Kurssi lähtee aivan alkeista ja sopii kaikenikäisille. Kurssilla käydään läpi valssin perusteet, käännökset ja myös foksia sekä tangoa. Näin on juhlien ja tanssien selviytymispakkaus kasassa.

BUGG-ALKEISKURSSI

Brankis
Miia Malmen,
Esa Hyppönen
Kurssimaksu 15,00 €
6.10.–7.10.2023,

2 kurssikertaa
pe 17.30–19.45,
la 12.30–14.45
min 7 opisk.
max 24 opisk.

UUSI!

Bugg on ruotsalainen rock'n'swing-tanssi. Se on yleiskäyttöinen, varsin vapaa kädenalitanssi. Buggin perusaskel on helppo. Kotimaassaan bugg on erittäin suosittu, ja sen suosio on kasvanut suuresti myös suomalaisilla tanssilavoilla.

Varaa kengiksi kevyet (matalakorkoiset) kengät/ tossut. Tanssiessa tulee lämmin, joten pukeudu kevyesti ja ota vesipullo mukaan.

Alkeiskurssi on tarkoitettu sellaisille, joilla ei ole buggista aikaisempaa kokemusta tai jotka ovat kertaamassa aiemmin opittuja taitojaan. Opetus lähtee helpoista perusaskelistä. Aikaisempia taitoja ei siis tarvita. Bugg sopii myös ihan ensimmäiseksi tanssilajiksi.

ITÄMAINEN VATSATANSSI

Astrea Peililali
Seija Kankkunen
Kurssimaksu 35,00 € /
lukukausi
8.9.–1.12.2023,

12 kurssikertaa
pe 18.00–19.30
min 6 opisk.
max 15 opisk.

Itämainen tanssi on kokonaisvaltaista liikuntaa, joka sopii kaikenikäisille, -kokoisille ja -kuntoisille, myös liikuntarajoitteisille. Ei tarvitse olla notkea eikä nopea oppimaan: tanssiliikkeissä on valinnan varaa, omaa kehoa kuunnellen, musiikin tulkinnasta nauttien. Harjoittelemme liikkeitä yhdistellen niitä sarjoiksi.

Opetellaan esiintymistaitoa, kehonhallintaa sekä lihashuoltoa. Tutustumme itämaiseen musiikkiin ja tanssivälineisiin. Tunnille mukaan juomapullo, alusta ja jalkaan jumppatossut tai tanssiin tarkoitetut matalat jalkineet.

Kielitaiton puute ei ole este osallistumiselle.



KUVATAIDE

■ ÖLJYMAALAUS

Hängö högstadium, kuvataiteen luokka
(rakennus A)
Clara Wahlström
Kurssimaksu 40,00 € / lukukausi
4.9.–27.11.2023, 12 kurssikertaa
8.1.–8.4.2024, 12 kurssikertaa
ma 18.15–20.30
min 6 opisk. max 15 opisk.

Öljy- ja akryylimaalauksista sekä tutustumista maalaamisen eri tyyliin. Kurssin aikana käydään läpi piirtämisen ja hahmotelman alkeet, värioppia, sommittelua ja perspektiivin perusteet. Aihepiiri on vapaa, mutta käsitellään eri aihepiirejä, kuten asetelmia, maisemia ja muotokuvia.

Keskitymme ensisijaisesti henkilökohtaiseen opetukseen oppilaan tarpeiden mukaan.

Materiaalit eivät sisälly kurssin hintaan.

Kurssi on kaksikielinen.

■ LUOVUUTTA LIITUJEN KANSSA

UUSI!

Hängö högstadium, kuvataiteen luokka
(rakennus A)
Clara Wahlström
Kurssimaksu 28,00 €
5.10.–23.11.2023, 8 kurssikertaa
to 19.00–20.30
min 7 opisk. max 15 opisk.

Öljypastelli ja kuivapastelli ovat tekniikoita, jotka antavat taiteilijalle mahdollisuuden olla vapaasti luova. Materiaali ja menettelytapa ovat piirtämisen ja maalauksen välimaastoa. Kurssilla saat käyttää öljy- tai kuivapastelleja tai vaikka molempia, jos niin haluat. Teemme erilaisia piirustuksia, sekä maisema että muotokuvia, ja tutustumme materiaaleihin erilaisten tekniikkaharjoitusten avulla. Keskustelemme kuvistamme tekniikkojen ja värien pohjalta.

Kurssi on kaksikielinen.





MISTÄ MAALAUS RAKENTUU – VÄRIOPIA JA SOMMITTELUA

UUSI!

**Hangö högstadium,
kuvataiteen luokka
(rakennus A)
Larson Österberg
Kurssimaksu 55,00 €**

**18.10.–22.11.2023,
6 kurssikertaa
ke 18.00–20.00
min 7 opisk.
max 16 opisk.**

Erilaisten harjoitusten avulla ja tutkimalla tunnettuja teoksia opit maalaamisen tärkeimmät periaatteet, jotka vangitsevat katsojan. Käymme läpi väriopin perusteet käytännön harjoitusten avulla, jotta maalauksistasi tulee entistä parempia. Käymme myös läpi sommittelun peruseriaatteet.

Tämä kurssi soveltuu sinulle, jolla on kokemusta öljyväreistä ja haluat joko päästä uudestaan maalaamisen vauhtiin tai tuoda maalaamisesi seuraavalle tasolle.

Materiaali ei kuulu kurssin hintaan. Kurssi on kaksikielinen.

AKVARELLIMAALAUS

**Hangö högstadium,
kuvataiteen luokka
(rakennus A)
Clara Wahlström
Kurssimaksu 38,00 €**

**11.1.–4.4.2024,
12 kurssikertaa
to 19.00–21.15
min 7 opisk.
max 15 opisk.**

Akvarellimaalauskurssilla opit maalaamaan vesiväreillä. Harjoittelemme värejä ja muotoja, valoa ja sommittelua. Saat käsityksen siitä, mitä akvarellimaalaus on ja maalaamalla löydät oman tyyliisi. Opit, miten värejä sekoitetaan, mitä siveltimiä ja papereita kannattaa käyttää ja miten siveltimiä käyttämällä saa aikaan pehmeitä ja kauniita vetoja.

Kurssi soveltuu niin aloittelijalle kuin kokeneemmallekin akvarellimaalajalle. Harjoitusten vaikeustaso vaihtelee toiveiden ja kokemusten mukaan ja saat käytännön opetusta. Pääset myös kokeilemaan eri tekniikoita ja saat vinkkejä eri menetelmistä erilaisten aiheiden parissa.

Kurssi on kaksikielinen.

ABSTRAKTI TAI MAISEMA

**Hangö högstadium,
kuvataiteen luokka
(rakennus A)
Larson Österberg
Kurssimaksu 55,00 €**

**7.2.–3.4.2024,
8 kurssikertaa
ke 18.00–20.00
min 7 opisk.
max 16 opisk.**

Tällä kurssilla siveltimet saavat näyttää meille tietä. Meillä ei ole valmista päämäärää, vaan opimme luottamaan omaan luovuuteen ja vaistoon. Kurssin aikana opimme enemmän väreistä ja siitä, mikä luo harmoniaa maalaukseen.

Larson Österberg tunnetaan rauhallisista merimaisemistaan ja lämpimistä, värikkäistä abstrakteista teoksistaan. Tällä kurssilla hän jakaa kokemuksiaan ja tarjoaa tukea ja ohjausta niille, jotka haluavat edetä öljymaalauksen parissa.

Maalaamme öljyväreillä. Jonkin verran aikaisempaa kokemusta vaaditaan.

Materiaali ei kuulu kurssin hintaan.

Kurssi on kaksikielinen.



VALOKUVAUS

MITEN OTETAAN HYVIÄ KUVIA?

UUSI!

Hangö gymnasium
Paulina Rökman
Kurssimaksu 20,00 €
4.10.–25.10.2023, 4 kurssikertaa
ke 17.15–18.45
min 7 opisk. max 15 opisk.

Valokuvauksen parhaat vinkit! Oletko kiinnostunut valokuvauksesta, mutta mietit mitä kaikkea tulisi huomioida, kun valokuvaat eri tilanteissa? Kurssin aikana opit valokuvauksen perusteet ja saat käytännön vinkkejä. Tutustumme kameran ominaisuuksiin, kuvasommitteluun, harjoittelemme valon löytämistä eri tilanteissa sekä opettelemme kuvankäsittelyä.

Järjestelmäkameraa ei tarvita, puhelimen kamera kelpaa yhtä hyvin!

Kurssi on kaksikielinen.

MAISEMAVALOKUVAUSTA KEVÄTVALOSSA

UUSI!

Hangö gymnasium
Johanna Sandin
Kurssimaksu 45,00 €
12-13.4.2024, 2 kurssikertaa
pe 18.00–22.00
la 05.00–8.00 ja 16.00–22.00
min. 6 opisk. max 10 opisk.

Tule mukaan valokuvaamaan Hankoa kevätauringon valossa! Painotamme käytännön valokuvausta, ja sääolosuhteista riippuen liikumme eri paikoissa Hangossa. Osallistujat saavat henkilökohtaista ohjausta kuvatessamme ulkona. Käymme läpi sommittelun ja valon käyttöä, kertaamme lyhyesti kameran asetukset ja keskustelemme osallistujien ottamista kuvista. Kurssi on suunnattu sinulle, joka olet siirtynyt eteenpäin kameran automaattiasetuksista. Se on luonteva jatko sinulle, joka hallitset perusteet ja haluat oppia lisää. Ota mukaan kamerasi. Myös jalusta ja laukaisin suositellaan lämpimästi, mutta ne eivät ole välttämättömiä.

Aloitamme perjantai-iltana johdannolla ja auringonlaskua kuvaamisella. Lauantaina tapaamme aamunkoitteessa valokuvataksemme auringonnousun, pidämme luovan tauon päivän aikana ja tapaamme uudelleen kuvista keskustelemista ja auringonlaskua varten illalla.

Ajankohta:

12–13.4.2024 (säävaraus)
perjantai 12.4 klo 18–22
lauantai 13.4 klo 5–8 & 16–22

Johanna Sandin on hankolainen maisemavalokuvaaja. Myrskyisä sää, kotikaupungin kalliot ja rannat sekä meri ovat toistuvia teemoja hänen valokuvissaan. Hän suoritti luontovalokuvauksen eritkoisammattitutkinnon 2017 ja valittiin Suomen ammattiluontokuvaajain vuonna 2019.

Kurssi on kaksikielinen.

ASKARTELU, TEKSTIILITYÖT

■ NEULO MUKAVIA VAATTEITA

Hangö gymnasium/MBI aula – MBI aula
Regina Holmström
Kurssimaksu 42,00 € / lukukausi
4.9.–27.11.2023, 12 kurssikertaa
8.1.–8.4.2024, 12 kurssikertaa
ma 18.00–20.15
min 6 opisk. max 10 opisk.

Neulo mukavia vaatteita. Tule mukaan oppimaan eri tekniikoita kuten keltti- tai latvialaisia palmikoita tai virkkaa isoäidin ruutuja vaikkapa takiksi. Opitaan myös uusia pintaneuleita. Omat ideat ovat tervetulleita!

Ota mukaan lankoja, puikkoja ja koukkuja.

Kurssi on kaksikielinen.

■ KUDONNAN ALKEET 1

Ljungbo
Regina Holmström
Kurssimaksu 50,00 € / lukukausi
5.9.–21.11.2023, 12 kurssikertaa
9.1.–2.4.2024, 12 kurssikertaa
ti 10.30–13.30
min 6 opisk. max 7 opisk.

Soveltuu vasta-alkajille tai vähän kutoneille. Tavoitteena on oppia työn suunnittelu, rakentaminen ja kutominen alusta loppuun. Kudotaan erilaisia helpohkoja töitä osallistujien toiveiden mukaan.

Kurssi on kaksikielinen.

■ KUDONNAN ALKEET 2

Ljungbo
Regina Holmström
Kurssimaksu 50,00 € / lukukausi
5.9.–21.11.2023, 12 kurssikertaa
9.1.–2.4.2024, 12 kurssikertaa
ti 18.00–21.00
min 6 opisk. max 7 opisk.

Soveltuu vasta-alkajille tai vähän kutoneille. Tavoitteena on oppia työn suunnittelu, rakentaminen ja kutominen alusta loppuun. Kudotaan erilaisia helpohkoja töitä osallistujien toiveiden mukaan.

Kurssi on kaksikielinen.

■ KUDONTA I

Opiston kudonta- /ompelusali
Marith Norrgård
Kurssimaksu 50,00 € / lukukausi
5.9.–28.11.2023, 12 kurssikertaa
9.1.–2.4.2024, 12 kurssikertaa
ti 12.00–15.00
min 6 opisk. max 9 opisk.

Kudontakurssille ovat kaikki tervetulleita, opettaja mukauttaa kurssin tasoa kurssilaisen toivomuksien mukaan. Jokainen kurssilainen suunnittelee ja luo oman työnsä, opettajan avustuksella. Kurssilla opit suunnittelemaan oman kudontaprojektin: valitset materiaalin, värit, muodot, tekniikan ja asetuksen.

Teemana tänä vuonna Hanko 150 vuotta, luonto ja kylpyläelämä pitsihuviloissa. Voit kutoa esim. ohuet verhot, kylpyppyhkeen, huovan, rantakassin tai maton. Kurssilaisen toivomukset ovat lähtökohtana.

Kurssi on kaksikielinen.

■ KUDONTA II

Opiston kudonta-/ompelusali
Marith Norrgård
Kurssimaksu 50,00 € / lukukausi
6.9.–29.11.2023, 12 kurssikertaa /
10.1.–3.4.2024, 12 kurssikertaa
ke 17.00–20.00
min 6 opisk. max 9 opisk.

Opit suunnittelemaan oman kudontaprojektin: valitset materiaalin, värit, muodot, tekniikan ja asettelun. Inspiroidumme luonnosta, kylpyläelämästä ja pitsihuviloista. Kurssin tavoite on kaunistaa arkea kauniilla käsinkudotulla tuotteella. Materiaalina voi olla esim. lakana, farkut, erilaiset luonnonmateriaalit, pellava, puuvilla tai villa.

Kudontakurssille ovat kaikki tervetulleita. Opettaja mukauttaa kurssin tasoa kurssilaisen toivomuksien mukaan. Jos sinulla on tuoteidea, jonka pystyy kutomaan, suunnittelemme sen yhdessä!

Kurssi on kaksikielinen.

■ TEKSTIILIVERSTAS

Opiston kudonta-/ompelusali
Marith Norrgård
Kurssimaksu 50,00 €
7.9.–16.11.2023, 10 kurssikertaa
to 12.00–15.00
min 6 opisk. max 8 opisk.

Onko sinulla ideoita tuotteiksi tai vaatteiksi? Tule mukaan toteuttamaan ideasi meidän kurssilla. Käytämme uutta tai käytettyä luonnonmateriaalia, mutta voit myös käyttää uutta kangasta. Ompele se, mikä inspiroi sinua, oli se sitten oma mekko tai ainutlaatuinen sisustusyksityiskohta. Väriä, muotoja ja luovuutta: meidän kurssilla on hauskaa!

Kurssi on kaksikielinen.

■ TUFTAUS TUTUKSI

Opiston kudonta-/ompelusali
Riitta Luoma-Aho
Kurssimaksu 34,00 € / lukukausi
11.9.–16.10.2023, 6 kurssikertaa
8.1.–12.2.2024, 6 kurssikertaa
ma 12.00–15.00
min 6 opisk. max 8 opisk.

Tuftaus on nopea, hauska tekniikka, jossa työvälineenä on tuftausneula (punch needle). Tuftaus on menetelmä, jossa kehikkoon pingotetulle kankaalle tehdään nukka tuftaustyökalan avulla. Tuftauksessa kuviomuodot ovat rajattomat: kaaret, ympyrät, neliöt, viivat syntyvät helposti. Nukan korkeutta voi muuttaa ja käyttää erilaisia lankoja.

Kurssilla tutustutaan tuftaustekniikkaan, välineisiin, menetelmän mahdollisuuksiin ja oman kuvan suunnitteluun. Tuftauksessa voit käyttää erilaisia lankoja ja hyödyntää lankavarastojasi.

Kurssi on kaksikielinen.



← ■ OMPELE KIMONO

Hangö högstadium, ompeluluokka (rakennus A)

Nanda Björklund

Kurssimaksu 20,00 €

23.9.–24.9.2023, 2 kurssikertaa

la 10.00–16.00, su 11.00–16.00

min 7 opisk. max 12 opisk.

Toivekurssi uusintana! Ihanassa omatekoisessa kimonossa kohti syksyä. Kimonon voit tehdä puuvillasta, pellavasta tai viskoosista, ja se voidaan tarvittaessa vuorittaa. Kimono sopii kotoiluun, lempeisiin aamuihin tai kivaksi lisäksi asukokonaisuuteen. Opettaja lähettää ohjeita ostettavasta materiaalista ennen kurssin alkua.

Kurssi on kaksikielinen.

■ MAKRAMEE-SOLMEILU

Hangö gymnasium/MBI aula – MBI aula

Regina Holmström

Kurssimaksu 26,00 €

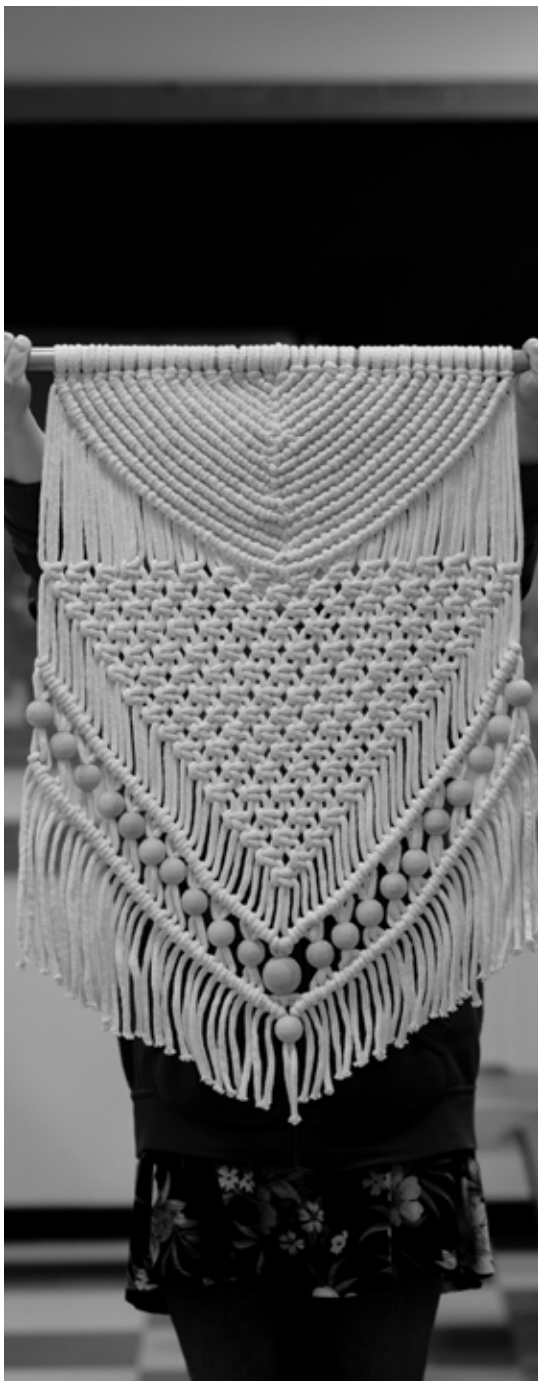
18.10.–29.11.2023, 7 kurssikertaa

ke 18.00–20.15

min 6 opisk. max 10 opisk.

Tule mukaan solmimaan ampeleita, seinäkoristeita tai vaikka hapsuja esim. verhokappaan. Ota mukaan styroksilevy, pitkiä nuppineuloja, sakset ja narua. Omat ideat ovat tervetulleita!

Kurssi on kaksikielinen.



TEKSTIILIVERSTAS HANKO 150 VUOTTA

UUSI!

Opiston kudonta-/ompelusali
Marith Norrgård
Kurssimaksu 50,00 €
11.1.–4.4.2024, 11 kurssikertaa
to 12.00–15.00
min 6 opisk. max 8 opisk.

Hangon historian kylpyläelämä on tämän kurssin inspiraationa. Voit ommella oman mekon tai puseron ja hameen. Voit myös ommella hatun tai laukun, joka viimeistelee asun. Kurssi vie ajatuksemme kesäunelmiin, joissa on pitsiä, puhvihioja, röyhelöitä, romantiikkaa, naisellisuutta ja eleganssia. Voit muokata luomuksesi niin, että se sopii jopa Belle epoquen aikaan tai nykypäivään. Tämä projekti tulee olemaan hauska!

Kurssi on kaksikielinen.

SIDO OMA JOULUSEPPELEESI

UUSI!

Happy Flower
Kurssimaksu 5,00 €
22.11.2023, 1 kurssikerta
ke 18.00–19.30
min 7 opisk. max 12 opisk.

Kurssilla sidomme jouluisen seppeleen erilaisista havuoksista, kävyistä ja koristeista. Kurssi sopii kaikille, ja vetäjänä toimii Happy Flowerin kauppias Linda Backman.

Materiaalimaksu 10 – 20 € maksetaan paikan päällä, kortti tai käteinen käy.

Kurssi on kaksikielinen.

SIDO KEVÄTKRANSSI

UUSI!

Happy Flower
Kurssimaksu 5,00 €
19.3.2024, 1 kurssikerta
ti 18.00–19.30
min 7 opisk. max 12 opisk.

Kurssilla sidomme keväisen seppeleen erilaisista oksista, leikkovihreistä ja koristeista. Kurssi sopii kaikille, ja vetäjänä toimii Happy Flowerin kauppias Linda Backman.

Kurssi on kaksikielinen.

Materiaalimaksu 10 – 20 € maksetaan paikan päällä, kortti tai käteinen käy.

KERAMIikka

■ LUOVAA KERAMIikkaA

Ljungbo

Marja-Leena Österlund

Kurssimaksu 48,00 € / lukukausi

4.9.–20.11.2023, 12 kurssikertaa

8.1.–25.3.2024, 12 kurssikertaa

ma 17.00–20.00

min 6 opisk. max 12 opisk.

Opitaan keramiikan käsinrakennusmenetelmän perustekniikat, värien käyttöä sekä muita pintakoristelumenetelmiä ja lasitusta.

Korkeapolttoisesta savesta tehdään käyttö- ja koriste-esineitä.





PUU- JA METALLITYÖ, ENTISÖINTI, VERHOILU

■ EEVAN JA MICAN VERSTAS

Hangö högstadium, veistoluokka (rakennus C)
Eeva Bäckman, Mica Ström
Kurssimaksu 47,00 € / lukukausi
22.9.–15.10.2023, 7 kurssikertaa
2.2.–3.3.2024, 7 kurssikertaa
pe 18.00–20.15, la 10.00–14.30, su 10.00–14.30
min 6 opisk. max 14 opisk.

Tällä kurssilla on kaksi osa-aluetta: puutyö + pintakäsittely ja verhoilu. Kurssin puutyöpuolella tutustut erilaisiin työtapoihin, esim. pintakäsittelyn poisto, osien korjaaminen, uusi pintakäsittely ja menetelmien soveltaminen omaan työhön.

Verhoilupuolella voit verhoilla pienikokoisia huonekaluja perinteisillä menetelmillä. Eevalla on pitkä kokemus verhoilusta, ja hän mielellään jakaa tietoaan oppilaille. Materiaalit voi ostaa myös hänen kauttaan.

Osallistajat voivat siis tehdä puutöitä tai verhoilla tai yhdistää nämä kaksi asiaa. Osallistujilla tulee olla henkilökohtainen tapaturmavakuutus.

Kurssi on kaksikielinen.

Materiaalit eivät sisälly kurssihintaan.

■ METALLI- JA PUUTYÖPIIRI

Hangö högstadium, veistoluokka (rakennus C)
Veikko Savolainen
Kurssimaksu 44,00 € / lukukausi
7.9.–23.11.2023, 12 kurssikertaa
11.1.–4.4.2024, 12 kurssikertaa
to 18.00–20.15
min 6 opisk. max 12 opisk.

Työt suunnitellaan yhdessä kurssin vetäjän kanssa ja toteutetaan opiskelijan tarpeiden ja taitojen mukaan, mm. kotitalouksien käyttö- ja koriste-esineitä omista materiaaleista (metalli ja/ tai puu).

Ota ensimmäiselle kokoontumiskerralle mukaan tulevan työsi piirustus tai kuva. Näin meidän on helpompi neuvotella työn sopivuudesta taidoillesi sekä mahdollisista muutoksista ja tarvittavista materiaaleista. Kurssilla voi käyttää koulun teknisen työn luokan metalli- ja puutyön koneita ja laitteita. Ota mukaan omat mitta- ja suojavälineet (rullamitta, työntömitta, kuulosuojaimet, suojavaatteet, jalkineet), jos sinulla on sellaisia.

Osallistujalla tulee olla henkilökohtainen tapaturmavakuutus.

Materiaalit eivät sisälly kurssihintaan.

ILMOITTAUTUMISET ALKAVAT 21.8.2023 KLO 9.00

LISÄÄ KURSSEJA RUOTSIKSI

TULE MUKAAN!

