

Opinto-ohjelma Syksy 2026



Opisto
Kuvataidekoulu
Vapaa-aikapalveluiden liikunta
Kirjasto, kulttuuri, museo

TUUSULA

SISÄLLYSLUETTELO

Yhteystiedot	3
Ilmoittautuminen	4
Peruutusehdot	5
Tuusulan opetuspaikat	7
Tuusulan Opisto	8
Yleisluennot ja erikoiskurssit	8
Tietotekniikan kurssit	14
Kielet	18
Taideaineet	27
Kirjallisuus ja kirjoittaminen	27
Teatteri	33
Kuvataidekoulu	35
Musiikki	39
Puutarha	40
Kotitalous	41
Kädentaidot	43
Tekninen työ	50
Liikunta	52
Vapaa-aikapalveluiden liikunta	63
Kulttuuripalvelut	69
Museo	70
Kirjasto	72
Kulttuuri	74

Pidätämme oikeudet muutoksiin.

Etukannen kuva: Johanna Laisi, 2025
Takakannen kuva: Sohvi Kaven, 2026
Paino: PunaMusta Oy
Taitto: Sakke Kovalainen

YHTEYSTIEDOT

TUUSULAN OPISTO

Monio, Pataljoonantie 6, 04300 Tuusula
www.tuusula.fi/opisto
opisto@tuusula.fi
etunimi.sukunimi@tuusula.fi



Toimisto

Toimisto on auki opetuksen aikana 7.9.–5.12.26 ma-to klo 9.00–18.00,
Pe puhelimitse klo 9.00–13.00.
muina aikoina ma-to klo 9.00–15.00
Pe puhelimitse klo 9.00–13.00.
Opistosihteerit Heidi Pajamäki p. 040 314 3415
Opistosihteerit Helena Rouhiainen p. 040 314 3418

Rehtori

Timo Rusanen p. 040 314 3414

Päätoimiset opettajat

Kielet Miia Kukkola p. 040 314 3417
Taideaineet Annu Kapulainen p. 040 314 3413
Taitoaineet Elina Parkkamäki p. 040 314 3416

Liikunnan suunnittelu

Sami Liehu p. 040 314 2222

Tuusulan Kuvataidekoulu

Hyrylän opetuspiste: Monio, Pataljoonantie 6, 04300 Tuusula
Kellokosken opetuspiste: Koulutie 7 A 6, 04500 Kellokoski
www.tuusula.fi/kuvataidekoulu

Kuvataidekoulun suunnittelijaopettaja

Laura Nurro p. 040 314 4486

Kuvataidekoulun päätoimiset opettajat

Raisa Helin p. 040 314 4334
Veera Tiainen p. 040 314 4335

ILMOITTAUTUMINEN

Syys- ja kevätlukukauden ilmoittautuminen

Ilmoittautuminen Opiston ja Vapaa-aikapalveluiden kursseille alkaa ti 18.8.26 klo 13.00

- verkossa www.tuusula.fi/opisto ja www.tuusula.fi/liikunta

- toimistossa, Monio C.111
Pataljoonantie 6, 04300 Tuusula

- puhelimitse 020 692 010, käytössä vain 18.8.26 klo 13.00–16.00

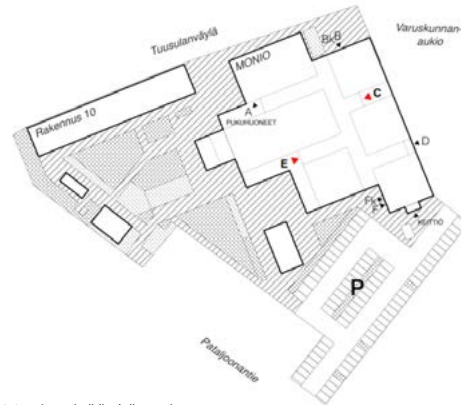
Ilmoittautumiset jatkuvat koko syksyn ajan verkossa, Opiston toimistossa tai puhelimitse p. 040 314 3415 ja 040 314 3418.

Huom. sähköpostilla ei voi ilmoittautua.

Muistathan ilmoittautua viimeistään viikkoa ennen kurssin alkamista. Vain riittävä opiskelijamäärä takaa kurssin käynnistymisen. Jos viikkoa ennen kurssin alkamista ei ole tarvittavaa opiskelijamäärää, Opisto peruuttaa kurssin. Jos et mahdu haluamallesi kurssille, ilmoita itsesi varasijalle, voit saada peruutuspaikan.

Aikuinen ja lapsi -kurssit

Kurssin hinta on yhteishinta yhdelle lapselle ja yhdelle aikuiselle. Ilmoita lapsi osallistujaksi ja aikuinen maksajaksi.



Monio, sisäänkäynnit

Osoitetietojen tarkistus

Jos osoitteesi on muuttunut lähiaikoina, ilmoita siitä Opiston toimistoon opisto@tuusula.fi tai p. 040 314 3415 tai 040 314 3418.

Kurssimaksut ja laskutus

Kurssimaksu on ilmoitettu kurssin kohdalla. Ilmoittautuessasi sitoudut maksamaan kurssimaksun. **Syksyn ja kevään kurssit laskutetaan erikseen. Koko vuoden kestävät kurssit laskutetaan kahdessa erässä: syyskausi lokakuussa ja kevätkausi helmikuussa. Kaikki kurssit laskutetaan niiden alettua. Lasku lähetetään kotiosoitteeseen tai e-laskuna verkkopankkiisi, jos olet tehnyt sopimuksen pankissasi.**

Kurssimateriaalit

Opiston opiskelijat hankkivat tarvittavat kurssimateriaalit itse. Jos materiaalit sisältyvät kurssimaksuun tai ne voidaan hankkia yhteisesti, on se mainittu kurssin kohdalla.

Kuvataidekoulun kurssimaksu sisältää kaikki materiaalit ja tarvikkeet.

Peruutusehdot

- Ilmoittautuessasi kurssille sitoudut maksamaan kurssimaksun.
- Peruutus on aina tehtävä opiston toimistoon. Kurssin maksamatta jättäminen tai kurssilta pois jääminen ilmoittamatta ei ole peruutus.
- Jos peruutat tulosi kurssille viimeistään 10 vuorokautta ennen kurssin alkua, ei kurssimaksua peritä ja lasku perutaan. Sen jälkeen kurssimaksu on maksettava kokonaan.
- Opisto voi peruuttaa suunnitellun kurssin viikkoa ennen kurssin alkamista, mikäli kurssille ei ole tarpeeksi osallistujia.
- Opisto voi jättää korvaamatta yhden opintokerran peruuntumisen, kun se johtuu opettajan sairauspoissaolosta.
- Jos joudut sairaustapauksen vuoksi keskeyttämään kurssin, ole siitä yhteydessä pikaisesti Opiston toimistoon p. 040 314 3415 tai 040 314 3418.

Maksumuistutukset

Huomautusaika 7 vrk. Maksumuistutus- ja perintätoimet hoitaa Revire Perintä Oy. Suosittelemme tekemään e-laskusopimuksen verkkopankissanne. Lisätietoja e-laskusopimuksesta saat omasta pankistasi.

Opiston ja kuvataidekoulun alennukset

Tuusulalaiset työttömät saavat 50 % alennuksen kaikista kursseista. Voimassa oleva todistus työttömyydestä tulee esittää Opiston

Opiston kursseja voi maksaa myös seuraavilla maksutavoilla:

1. Smartum
2. ePassi
3. Edenred

Huomaa, että näillä maksutavoilla maksaminen ei enää onnistu, jos kurssi on ehditty laskuttaa. Siksi on tärkeää maksaa **koko syksyn kestävät kurssit syyskuun loppuun mennessä ja lyhyet kurssit heti niiden alettua.** Jos osallistut useammalle kurssille, niin maksa jokainen kurssimaksu erikseen. Kurssin voi maksaa itse sovelluksella/verkossa, **muista lähettää kuitti maksusta sähköpostiin:** opisto@tuusula.fi tarvittaessa soita p. 040 314 3415, 040 314 3418.

Huomioithan, että etuus on henkilökohtainen, joten sillä voi maksaa vain omia kurssimaksuja. Huom! Etuuksilla ei voi maksaa kieli-kursseja, kotitalouskursseja, taiteen perusopetuksen kursseja eikä Opintopistekursseja.

toimistoon aina ilmoittautumisen jälkeen, myös lukukauden vaihtuessa ja lyhytkursseille ilmoittautuessa. Myöhästyneenä esitetty todistus ei oikeuta alennukseen.

Kuvataidekoulussa opiskelevan oppilaan sisarukset ovat oikeutettuja -10 % alennukseen. Muista ilmoittaa alennuksesta Opiston toimistoon p. 040 314 3415 tai opisto@tuusula.fi. Vapaaoppilapaikkoja voi tiedustella rehtori Timo Rusaselta p. 040 314 3414.

Opintosetelikurssi

Opintosetelikurssiksi merkityt kurssit ovat ilmaisia tuusulalaisille eläkkeellä oleville, jotka eivät ole ansiotyössä. Poikkeuksena ovat opintosetelikurssiksi merkityt Memodance ja Senioreiden kuntotanssi, josta ryhmäläiset saavat 50 % alennuksen.

Opintopistekurssit

Halutessaan opiskelija voi saada kurssista arvioinnin ja todistuksen. Kurssin kuvaus on laadittu osaamisperusteisesti, joten osaamistavoitteet, laajuus opintopisteinä ja arviointikriteerit on kerrottu kurssin kuvauksessa nettisivuilla. Kurssit on merkitty oppaaseen oranssilla Opintopistekurssikuvakkeella. Opintopistekurssille voi osallistua samalla tavoin kuin muillekin Opistomme kurssille, tavoittelematta opintosuoritusta. Tarkempia tietoja opintopistekurssista saa Tuusulan Opiston nettisivuilta www.tuusula.fi/opisto > Kulttuuri ja vapaa-aika > Opisto > Opintopistekurssit



Kaikukortti

Jos Sinulla on Kaikukortti, niin voit opiskella maksutta yhdellä kurssilla Tuusulan Opistossa/lukukausi. Mahdolliset materiaalmaksut veloitetaan. Kaikukorttilaisten määrä on rajattu yhteen kurssia kohti. Jos kurssilla on tilaa, useampikin kaikukorttilainen voi tulla mukaan opintoihin tai kortilla voi opiskella useammalla

kurssilla. Kaikukortilla opiskeltaessa kurssille ilmoittaudutaan normaalisti. Kortin numero tulee ilmoittaa Tuusulan Opiston toimistoon ennen kurssin alkua p. 040 3143415, 040 3143418 tai opisto@tuusula.fi

Todistukset

Opiston toimisto antaa pyydettyä osallistumistodistuksen.

Vakuutukset ja vastuut

Kaikki opiskelijat ovat tapaturmavakuutettuja. Opisto ei vastaa käytävien naulakoihin tai pukuhuoneisiin jätetyistä vaatteista tai muista tavaroista.

Opiston järjestysäännöt sekä Tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnitelma

Opistolle ja kuvataidekoululle on laadittu uudet ym. asiakirjat. Tutustu niiden sisältöön www.tuusula.fi > Kulttuuri ja vapaa-aika > Opisto > Tietoa opiskelijalle

Loma-ajat

Syysloma (vko 42) 12.–16.10.26.



Heljä Saanijoki, 2026

Opetuspaikat

1. Hyrylän alue

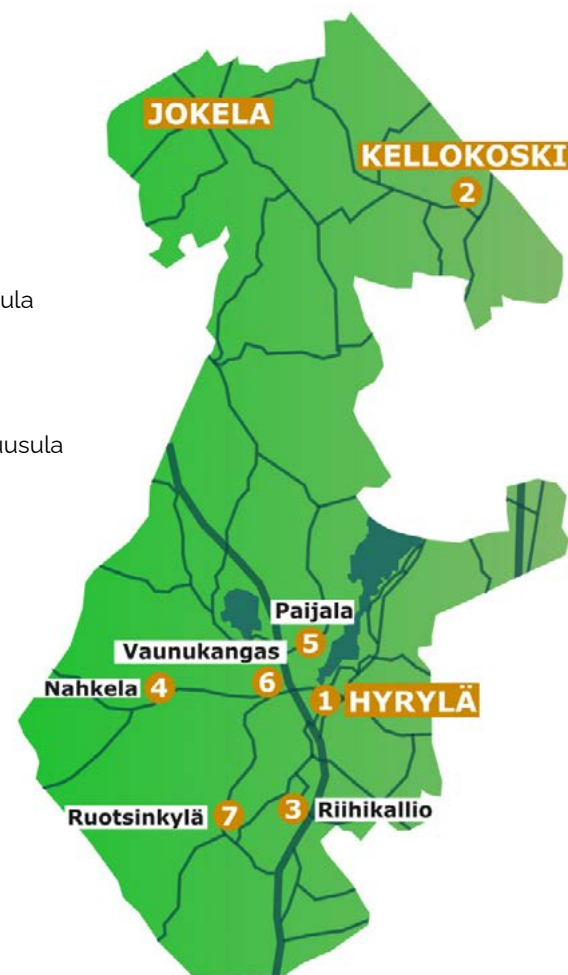
- **Monio**
Pataljoonantie 6, 04300 Tuusula
- **Hyrylän koulukeskus**
Sahatie 1, 04300 Tuusula
- **Keuda Tuusula**
Kirkkotie 31, 04310 Tuusula
- **Mikkolan koulu**
Pähkinämäentie 215, 04300 Tuusula
- **Mäntymäki**
Luurikuja 1, 04300 Tuusula
- **Rykmentinpuiston koulu**
Rykmentin puistotie 19, 04300 Tuusula
- **Sarvikallio**
Sarvikalliontie 35, 04300 Tuusula
- **Tekova areena**
Kuntoilijantie 2, 04300 Tuusula
- **Tuusulanjärven koulu**
Tuusulantie 131, 04310 Tuusula
- **Tuusulan uimahalli**
Rykmentintie, 04300 Tuusula

2. Kellokoski

- **Kellokosken koulu**
Koulutie 7, 04500 Kellokoski
- **Kellotupa**
Koulutie 20, 04500 Kellokoski
- **Roinilan päiväkot**
Nystenintie 6, 04500 Kellokoski

3. Riihikallion koulu

- Pellavamäentie 15, 04320 Tuusula
- **Rihasali A-talo**
Pellavamäentie 5, 04320 Tuusula
- **Nahkelan koulu**
Nahkelantie 397, 04350 Nahkela



5. Pajalan koulu

Pajalantie 44, 04300 Tuusula

6. Vaunukankaan koulu

Vaunukankaantie 3–5, 04300 Tuusula

YLEISLUENNOT

Yleisluennot ovat maksuttomia.

Luennoille tulee ilmoittautua etukäteen 18.8.26 klo 13.00 alkaen.

KESKUSTELUJA TAITEEN ÄÄRELLÄ -

Tuusulan kuvataidekoulun 25-vuotisjuhlaluentosarja

Luentosarja tuo yhteiseen keskusteluun taiteilijoita, taiteen opettajia ja eri-ikäisiä taiteen opiskelijoita, kuntapäätäjää sekä yleisön jäseniä.

Neljän luentokerran kokonaisuus rakentuu taiteilijaesittelyistä, taideopettajien puheenvuoroista, yleisön kanssa käydyistä keskusteluista sekä paneeli-keskustelusta, joissa pohditaan taiteen harrastamisen merkityksiä.

Voit lähettää yleisökysymyksiä etukäteen osoitteeseen kuvataidekoulu@tuusula.fi ja kysyä niitä myös paikan päällä.

Tervetuloa kuulemaan ja keskustelemaan taiteesta! Ilmoittaudu jokaiselle luennoille erikseen.

Luennot pidetään Monion montussa klo 18.00-20.00.

119802

Tuusulanjärven taiteilijaperheitä ennen ja nyt Ma 14.9.26

- Tuusulan museon museolehtori Susanna Hemmilä-Peltonen.
- Kuvataiteilijat Silja Puranen ja Eero Lintusaari sekä sirkustaiteilija Armas Lintusaari.
- Kuvataiteilija, kuvataideopettaja Raisa Helin ja graafinen suunnittelija, muusikko Samu Sundell.

119804

Taiteilijat opettajina ja opettajat taiteilijoina Ti 22.9.26

Tuusulan kuvataidekoulu ja Opiston kuvataideopettajia:

- Jari Järnström, Annu Kapulainen, Mette Lagerstam, Johanna Liljaharju, Maritta Meckelborg, Laura Nurro ja Veera Tiainen.

119806

Nykyhetken kuvataiteilijoita Keski-Uudeltamaalta Ke 30.9.26

- Susanna Autio, Hannu Hyske, Jussi Juurinen ja Pasi Järvinen.

119808

Taiteen harrastamisen merkitys To 8.10.26

- Kuvataidekoulusta valmistuneet nuoret taiteilijat kertovat taiteestaan.
- Paneelikeskustelu: Tuusulan kunnan sivistysjohtaja Marianne Liimatainen, KuVa-lautakunnan puheenjohtaja Markus Meckelborg, kunnanvaltuuston puheenjohtaja Tuija Reinikainen, kulttuuri- ja museotoimenjohtaja Ulla Kinnunen, Opiston rehtori Timo Rusanen, KuumArt ry:n Jani Simmala sekä Opiston ja kuvataidekoulun opiskelijoita.

SYYSKUU

130204

München – suurkaupunki asukasluvultaan, pikkukaupunki sielultaan

Monio, Riihisali
Ti 15.9.26

Klo 18.00-19.30

Matkailutoimittaja, DE
Pauli Lindström

Saksan sana "gemütlich" - mukava tai leppoisa - kuvaa hyvin Müncheniä. Bajerin pääkaupunki on kaikkina vuodenaikoina matkan väarti. Sydämellinen meininki houkuttaa siinä missä olut ja Oktoberfest.

320302

Rakennuspalikoita adhd-piirteisen lapsen tueksi

Monio, Riihisali
Ti 22.9.26

Klo 18.00-19.30

KM, ADHD-liiton asiantuntija
Tuuli Korhonen

Luennoilla kootaan rakennuspalikoita adhd-piirteisen lapsen tukemiseksi. Puhutaan mm. siitä, mitä adhd voi tarkoittaa lapsen näkökulmasta ja miten aikuinen voi tukea lasta. Lisäksi esitellään periaatteita ja toimintamalleja, joilla rakennetaan ymmärrystä, myönteistä yhdessäoloa ja toimivaa arkea. Luento toteutetaan yhteistyössä MLL Etelä-Tuusulan yhdistyksen kanssa.

LOKAKUU

130206

Salzburg ja Wachau – Mozartin musiikkia ja Marillen-likööriä

Monio, Riihisali
Ti 6.10.26

Klo 18.00-19.30

Matkailutoimittaja, DE
Pauli Lindström

Täältä, missä Tonavan rantatörmien linnat ja luostarit vartioivat aprikoosi- ja viiniviljelmiä, musiikkimestari lähti maailmanvalloitukseen. Täällä kypsyvät se makoisa Grüner Veltliner.

830212

Pimeäretki Sarvikalliolle Katso s. 61.

130208

Tadzikistan – seikkailu Silkkitiellä

Monio, Riihisali
Ti 27.10.26

Klo 18.00-19.30

Matkailutoimittaja, DE
Pauli Lindström

Nojatuolimatkamme vie meidät Aleksanteri Suuren jalanjäljissä Keski-Aasiaan - sinne, missä kame-likaravaanit kerran kulkivat ja historiaa kirjoitettiin tuhansia vuosia ennen ajanlaskumme alkua.

MARRASKUU

130210

Tuusulanjoen varren kauniiden kylien historiaa

Monio, Riihisali

Ti 3.11.26

Klo 18.00–19.30

Intendentti Jaana Koskenranta

Lahelaa ja Ruotsinkylää yhdistää tie ja mutkitteleva Tuusulanjoki. Kylillä on paljon yhteistä, mutta myös eroja niin maisemassa kuin kehityskuluissa. Lahelassa maatalous on antanut tilaa pientaloasumiselle. Ruotsinkylässä maisemaa hallitsevat edelleen vanhat tilakeskukset ja laajat peltoaukiot. Elämäntapa ja ympäristö muuttuvat, siksi välillä on hyvä pysähtyä historian äärelle.

410202

Tähtitieteen näkökulma ilmastotutkimukseen

Monio, Riihisali

to 12.11.26

Klo 18.00–19.30

FM, DI Kyösti Ryyänen

Tähtitieteessä on jo pitkään tutkittu monia planeetta Maan lämpötilaan vaikuttavia tekijöitä. Etenkin monet oman Aurinkokuntamme planeettojen ominaisuudet ja keskustahemme Auringon säteilytehon muutokset ovat tutkijoille tuttuja asioita. Kasvihuoneilmiöitä, myös käänteisiä sellaisia, esiintyy muilakin Aurinkokunnan kappaleilla. Kaukaistenkin tähtien ympärillä kiertävien eksoplaneettojen parempi tuntemus antaa nykyään lisätietoa planeettojen lämpötilaan vaikuttavista tekijöistä. Luennolla selviää, miten

nämä tekijät vaikuttavat Maan ilmastomuutokseen. Esityksessä ei käytetä hankalia matemaattisia yhtälöitä vaan ilmastomuutosta tarkastellaan laajan, mielenkiintoisen kuvamateriaalin avulla.

130212

La Palma ja La Gomera – Kanarian aidot kaunottaret ansaitsevat syrjähyppyn

Monio, Riihisali

Ti 17.11.26

Klo 18.00–19.30

Matkailutoimittaja, DE

Pauli Lindström

La Palman ja La Gomeran saarilla kokeneinkin Kanarian kävijä haukkoo henkeään. Alkuperäistä elämänmenoa ja dramaattisia luonnonihmeitä pursuavat saaret ovat vain lyhyen lauttamatkan päässä Teneriffalta.

JOULUKUU

130214

Saksan Itämeren rannikko Lübeckistä Greifswaldiin

Monio, Riihisali

Ti 1.12.26

Klo 18.00–19.30

Matkailutoimittaja, DE

Pauli Lindström

Tule kuulemaan Unescon maailmanperintökohteista historiallisista hansakaupungeista ja kylpyläkulttuurista, joka tunnettiin jo keisarikunnan aikoina. Vanhoja purjelaivoja ja värikäitä pukukoppeja - meri on täällä määritellyt elämänmenoa jo satojen vuosien ajan.

ERIKOISKURSSIT

130216

Lukupiiri tiedon ystäville, 31 €

Monio, Kammari D.104

Ke 9.9., 30.9., 21.10., 4.11., 18.11. ja

2.12.26

Klo 17.30–19.45

Kustannustoimittaja, toimittaja

Ann-Mari Huhtanen

Nykytietokirjallisuus on kaikkea muuta kuin kuivaa! Tutustumme monipuolisesti aiheeltaan ja kerronnaltaan erilaiseen nonfiktioon ja keskustelemme lukukokemuksista ja kirjoista rennossa hengessä. Kirjojen aiheina ajankohtaisia teoksia, uutuuksia kuin myös klassikoita. Osallistujat saavat vaikuttaa osaan kirjavalinnoista.

810204

Hygieniapassi, 55 €

Monio, Tupa, E.305

Ti 22.9.26

Klo 17.00–20.15

KM, KtaO Hanna Fräntilä

Kurssi-iltaan sisältyy noin 2 tunnin luento-osuus testissä vaadittavista osa-alueista. Illan päätteeksi tehdään Ruokaviraston hygieniapassitesti. Ota mukaan virallinen henkilöllisyystodistus. Opetus ja testi ovat suomen kielellä. Lisätietoa hygieniapassista <https://www.ruokavirasto.fi/elintarvikkeet/hygieniapassi/>

810402

Värianalyysi, 22 €

Monio, Kammari D.104

La 3.10.26

Klo 10.00–14.30

Värikonsultti Pirjo Joensuu

Onko värivuodenaikasi kevät, kesä, syksy tai talvi? Sopiiko sinulle paremmin viileät vai lämpimät sävyt? Tämän selvittämme kurssipäivän aikana. Saat lisäksi ideoita siihen, miten värin tummuusaste huomioidaan pukeutumisessa, jotta lopputulos on tasapainoinen. Päivään sisältyy ryhmätyöskentelyä ja pääset itse kokeilemaan värianalyysin tekemiseen tarvittavia värimalleja. Halutessasi voit erikseen tilata oman henkilökohtaisen tilaustyönä tehdyn 40 väriä sisältävän vaatevärikartan (kartta ei sisälly kurssimaksuun).

139802

Johdatus

sukututkimukseen, 35 €

Monio, Tupa, E.216

To 22.10.-5.11.26

Klo 18.00–19:30

Sukututkija Paula Päivinen

Kiinnostaako Sinua tutkia oman sukusi vaiheita vuosisatojen kuluessa? Aloita uusi harrastus tai ajantasaista tietojasi, jos olet jo sukuasi tutkinut. Esimerkiksi tietotekniikan kehitys on avannut sukututkimukseen uusia, mielenkiintoisia näkökulmia ja tutkimuspolkuja. Kurssilla perehdytään keskeisiin sukututkimusaineistoihin sekä tiedonhakuun ja tallennukseen. Tietokoneen peruskäytön hallitseminen on kurssilla tarpeen.

110388

Elokvakerho Monio, 45 €

Monio, Riihisali

La 19.9., 3.10., 24.10., 31.10., 14.11.,
28.11., 12.12. ja 19.12.26

Klo 15.00 alkaen

FM Jarno Hänninen

Elokvakerho Monio esittää laadusta uutta ja vanhempaa elokuvaa. Jokaisen elokuvan jälkeen on noin 45 min luento ja keskustelu, joissa syvennytään kyseisen elokuvan ilmaisukeinoihin, dramaturgiseen rakenteeseen ja käsiteltyihin teemoihin. Huomaa mahdollisuus suorittaa Elokuva-analyysin kurssi 110390 Elokvakerhon ohessa. Tutustu elokvakerhon ohjelmaan osoitteessa www.tuusula.fi/tuusulanopisto > kurssit > erikoiskurssit.

110390

Elokuva-analyysi, 55 €

Monio, Riihisali

La 19.9., 3.10., 24.10., 31.10., 14.11.,
28.11., 12.12. ja 19.12.26

Klo 15.00 alkaen

FM Jarno Hänninen

Perehtymällä elokuvien maailmaan Elokvakerhossa sekä tekemällä syventäviä harjoitustehtäviä, voit saada Elokuva-analyysin opinnoistasi suoritusmerkinnän valtakunnalliseen Koski-tietokantaan. Sinne kirjattu opintojasi voit tarjota esimerkiksi osaksi tutkintoasi. Sisältää kurssin 110388 "Elokvakerho Monio".
Opintopistekurssi, katso s. 6.



110392

Valokuvauksen ja kuvankäsittelyn peruskurssi – askel askeleelta kohti varmaa kameran hallintaa 41 €

Monio, Kammari D.102

Ma 14.9.–23.11.26

Klo 18.00–20.30

Valokuvaaja Tiina Valavaara

Haluatko oppia käyttämään järjestelmäkameraasi rennossa ja kannustavassa ilmapiirissä? Kurssi sopii vasta-alkajille tai valokuvausosaamisen päivittämiseen ja tavoitteellisemmän valokuvauksen oppimiseen. Ota oma järjestelmäkamera mukaan ja hyppää mukaan uuden innostavan harrastuksen pariin!

110394

Valokuvauskerho kaikille, 33 €

Monio, Kammari D.102

Ke 16.9., 7.10., 28.10., 18.11. ja 9.12.26

Klo 18.00–20.30

Valokuvaaja Tiina Valavaara

Perehdymme valokuvan visuaalisen tasapainon ja kuvailmaisun perusteisiin sekä erilaisiin sommittelutekniikoihin, jotka voivat parantaa kuvan rakennetta, syvyyttä ja tunnelmaa. Opimme ohjaamaan katsojan katsetta kuvassa, korostamaan kuva-aihetta sekä luomaan mielenkiintoisia, visuaalisesti tasapainoisia kuvia. Soveltuu kaikenlaisille kuvaajille. Teorian ohella harjoituksia ja palautetta valokuvista. Kurssilla jaetaan kattava kurssimateriaali.

110202

Teatteri-ilmaisun perusteet, syksy 50 €

Katso s. 33.

110204

Nukke- ja esineteatterin alkeiskurssi aikuisille, 35 €

Katso s. 34.

110206

Kamera- ja elokuvanäyttämisen perusteet, syksy 50 €

Katso s. 34.

120312

Englannin keskustelukerho aloittelijoille, syksy 21 €

English Discussion Club for Beginners!

Opettajan materiaali

Monio, Kammari D.104

Ti 15.9.–24.11.26 ja 19.1.–30.3.27

Klo 12.00–13.00

Rehtori Timo Rusanen

Kerho on tarkoitettu sinulle, joka haluat harjoitella ilmaisemaan itseäsi helpolla englannilla rennossa ilmapiirissä. Saat harjoitusta englannin puhumiseen omista lähtökohdistasi. Voit puhua niistä asioista, jotka sinua kiinnostavat ja joihin koet kielitaitosi riittävän. Kerhossa ei pingoteta. Taitotaso A1–A2.

120324

Englannin keskustelukerho kokeneemmille keskustelijoille, syksy 21 €

English Discussion Club for More Experienced Speakers!

Opettajan materiaali

Monio, Kammari D.104

Ti 15.9.–24.11.26 ja 19.1.–30.3.27

Klo 15.00–16.00

Rehtori Timo Rusanen

Kerho on tarkoitettu sinulle, joka haluat harjoitella englannin suullista ilmaisua rennossa ilmapiirissä. Kerhossa voit puhua englanniksi niistä

asioista, jotka sinua kiinnostavat ja joihin koet kielitaitosi riittävän. Kerhossa ei pingoteta. Taitotaso B1–B2.

129812

Karjalan kielen ja kulttuurin alkeiskurssi, 26 €

Etäkurssi

Opettajan materiaali

Etäopiskeluna Teamsin välityksellä

Ma 24.8.–12.10.26

Klo 18.30–20.00

KM, karjalane muzikantti

Mika "Miša" Saatsi

Kurssilla keskitytään karjalan kielen (varzinkarjala/suvikarjala) ja kulttuurin alkeisiin. Opetuskielenä karjala ja suomi. Taitotaso A1. Ohjeet etäopiskeluun s. 18.

129814

Karjalan kielen ja kulttuurin jatkokurssi, 22 €

Etäkurssi

Opettajan materiaali

Etäopiskeluna Teamsin välityksellä

Ma 2.11.–7.12.26

Klo 18.30–20.00

KM, karjalane muzikantti

Mika "Miša" Saatsi

Kurssilla jatketaan karjalan kielen (varzinkarjala/suvikarjala) ja kulttuurin alkeiden opiskelua ja rohkaistutaan puhumaan! Opetuskielenä karjala ja suomi. Taitotaso A1. Ohjeet etäopiskeluun s. 18.

TIETO- JA VIESTINTÄTEKNIikka

Kursseilla keskitymme rauhalliseen tahtiin arkielämässä tarvittaviin tietokoneen ja älypuhelimien käyttötaitoihin. Ryhmiin voivat osallistua kaikki 16 vuotta täyttäneet. Ota mukaan oma laitteesi virtajohtoineen, jos mahdollista. Myös Opiston tietokoneet ovat käytettävissä kursseilla.

340102 **Opastettu harjoittelu** **ajanvarauksella Hyrylässä,** **maksuton**

Monio, Kammari D.102
Ma 14.9.-9.11.26
Klo 11.15-13.00

Vapaaehtoiset ohjaajat antavat henkilökohtaista opastusta ja neuvontaa tietokoneen käytön perustaitoihin. Opastukseen tulee varata aika etukäteen opiston toimistosta p. 040 3143415 tai 040 3143418. Emme tarjoa opastusta ilman ajanvaraus- ta. Opastusajat ovat kaikille avoimia ja maksuttomia. Muista Tuusulassa digi- opastusta tarjoavista tahoista löydät tietoa Tuusulan kunnan nettisivulta Digituki - Tuusula

340104 **Digitaidot selkosuomeksi, 25 €**

Monio, Kammari D.104
La 12.9-3.10.26
Klo 10.00-13.00

Shokoofeh Motamedi
Opimme tietokoneen käytön perusteet helpolla suomen kielellä. Vauhti on hidas ja rauhallinen. Opiskelemme seuraavia asioita: hiiri ja näppäimistö, ohjelmien avaaminen, tiedostojen tallentaminen ja turvallinen internetin käyttö. Kurssi sopii kaikille, esimerkiksi jos suomi on äidinkielenä tai osaat vain vähän suomea. Opettaja voi auttaa englanniksi ja persiaksi.
Opintosetelikurssi, katso s. 6.

340106 **Kellokosken digipiiri,** **maksuton/free of charge**

Kellotupa
Ti 15.9., 29.9., 20.10., 3.11., 17.11.
ja 1.12.26
Tuesday 15 Sep, 29 Sep, 20 Oct,
3 Nov, 17 Nov, 1 Dec 2026
Klo 10.00-12.00, 10 am-12 pm

Shokoofeh Motamedi
Tapaamiskerroilla opettaja esittelee tarpeellisia tietokoneen ja älypuhelimien käyttötaitoja. Opiskelijoiden tietokonehaasteita tai puhelinpulmia otetaan mukaan opetukseen tai kurssille voi osallistua pelkästään muiden haasteista oppimalla. Opetus ja neuvonta suomeksi ja englanniksi. Enhance your tech knowledge! Join our interactive course to address specific computer and smartphone challenges. We will adapt the course content to suit your needs, offering a unique learning experience in both Finnish and English.

340108 **Tietokoneen käytön perusteiden** **kertaus, 38 €**

Rihasali A-talo
22.9.-8.10.26
Ti klo 11.30-14.30
To klo 12.30-15.30

Anneli Odell
Oletko perehtynyt tietotekniikan alkeisiin aiemmin, käynyt kurssin, mutta asiat ovat päässeet käytön puutteessa unohtumaan. Tule kertaamaan perusaasiat mukavassa seurassa. Etenemme kurssilaisten toiveiden ja tarpeiden mukaan. Lähdemme liikkeelle aivan alkeista, joten mukaan voi tulla, vaikkei tietokoneita olisi aiemmin käyttänyt lainkaan. Kurssilla voi käyttää Opiston tietokonetta tai mukaan voi ottaa oman kannettavan virtajohtoineen.
Opintosetelikurssi, katso s. 6.

340110 **Tekoäly hyödyksi ja iloksi** **jokaiselle, 38 €**

Kellotupa
Ke 23.9.-4.11.26
Klo 10.00-13.15

Anneli Odell
Tekoälyn hyötyjä ei heti tule ajatelleeksi. Se kertoo suomeksi vaikkapa, mitä ruokaa tekisit aineksistasi tai voit ottaa sen tarvittaessa juttukaveriksi. Tutustumme, missä arkipäivän toimissa tekoäly on jo mukana, minne se on tulossa ja kuinka saat sen sujuvasti palvelemaan omia jokapäiväisiä puuhiasi. Tekoälyn käyttöön riittää älypuhelimien tai tietokoneen peruskäyttötaito, mitään hienouksia ei vaadita. Tarkastelemme lisäksi tekoälystä mahdollisesti kumpuavia tietoturvariskejä sekä niihin varautumista.

340202 **Jatka tietokoneesi käyttöikä** **Linuxilla, 32 €**

Monio, Kammari D.106
Ti ja to 15.-29.9.26
Klo 10.00-13.15

Kalevi Inki
Ovatko Windows 11 -käyttöjärjestelmän vaatimukset tietokoneellesi liikaa? Voit asentaa koneellesi Linux-käyttöjärjestelmän ja jatkaa koneesi turvallista käyttöikää tai voit ottaa vanhan käytöstä poistetun tietokoneesi hyötykäyttöön kakkoskoneena vaikkapa internet-selailuun tai tekstinkäsittelyyn. Kurssin aikana tietokoneeseen asennetaan internetistä haettava maksuton Linux-käyttöjärjestelmä ja opetellaan sen käyttöä.

340204 **3D-tulostuksen perusteet, 35 €**

Monio, Kammari D.102
To 24.9.-29.10.26
Klo 17.30-20.45

Kalevi Inki
Käsitlemme 3D-tulostuksen perusteita, harjoittelemme laitteiston käyttöä sekä 3D-ohjelmointia ja siirrämme valmiin 3D-tulostusmallin tulostimelle. Jokainen tulostaa kurssin aikana pienimuotoisen 3D-tulosteen. Aiempaa tietämystä 3D-tulostuksesta tai ohjelmoinnista ei tarvita, tietokoneen peruskäytön osaaminen riittää. Suosittelemme oman tietokoneen käyttöä, myös Opiston koneet ovat käytettävissä tarvittaessa. Kurssin jälkeen voi itsenäisesti ohjelmoida ja tulostaa 3D-laitteilla esimerkiksi Tuusulan kirjastoissa.

340302
Älypuhelimien tai
tablettitietokoneen käytön
perusteet, 32 €

Monio, Kammari D.106

Ti ja to 13.–27.10.26

Klo 10.00–13.15

Kalevi Inki

Meistä monilla on älypuhelin tai tablettitietokone, mutta niiden kaikkia ominaisuuksia ei tule käytettyä. Opetellemme käyttämään laitetta tehokkaasti ja turvallisesti ja siten helpottamaan monia jokapäiväisen elämän toimia. Saat myös laitekohtais- ta käytön ohjausta. Ota mukaan käyttämäsi laite ja virtajohto.

340112
Tietoturvan perusteet, 38 €

Rihasali A-talo

20.10.–5.11.26

Ti klo 11.30–14.30

To klo 12.30–15.30

Anneli Odell

Tietokoneita käytettäessä ja internetissä liikuttaessa kohtaa erilaisia tietoturvauhkia. Mitä ne ovat ja kuinka niiltä voi suojautua? Kuinka suojaan henkilöllisyyttäni verkossa? Millainen on hyvä tietokoneen salasana? Kuinka liikun internetissä tai teen verkko-ostoksia entistä turvallisemmin? Saat myös vastauksen Sinua mahdollisesti pohdituttaviin tietoturvaasteisiin. Kurssilla opastetaan aivan tietoturvan perusasioiden pariin, aiempaa tietämystä ei tarvita. Kurssilla voi käyttää Opiston tietokonetta tai mukaan voi ottaa myös oman kannettavan virtajohtoineen.

Opintosetelikurssi, katso s. 6.

340114
AI Video Lab – Videoiden
tulevaisuus, 28 €

Monio, Kammari D.104 tai

etäopiskeluna

Ti 20.10.–17.11.26

Hybridikurssi

Klo 17.00–19.00

Shokoofeh Motamedi

Tutustu AI-videoiden maailmaan ja luo omia visuaalisia tarinoita. Kurssilla kokeillaan animaatioita, musiik- kivideoita ja puhuvia avatar-hahmoja sekä opitaan AI-avusteista editointia helposti ja käytännönläheisesti. Kurssi sopii aloittelijoille ja luoville tekijöille, jotka haluavat tuottaa vaikuttavaa vi- deosisältöä nopeasti ja vaivattomasti.

Ohjeet etäopiskeluun s. 18.

340116
Tekoälyn kertaus- ja jatkokurssi,
38 €

Monio, Kammari D.102

La 24.10. ja 7.11.26

Su 25.10. ja 8.11.26

Klo 10.00–15.00

Anneli Odell

Haluatko ottaa tekoälyn haltuun arjen kumppanina ja luovana työkaluna? Harjoittelemmme kehoitteiden (promptaus) käyttöä, tarkastelemme arjen ja tekoälyn yhdistämistä, teemme pienen koodausharjoituksen (esim. arpakoneen tekeminen) opiske- lemme kuvien luontia ja manipulointia, luomme musiikkia ja kokeilemme pienen videon tekoa. Keskustelemme myös siitä, mitä tekoäly on ja onko se luotettava. Edellytetään tietotekniikan perusteiden tuntemus.

340118
Googlen uudet AI-työkalut
tutuksi, 23 €

Monio, Kammari D.104 tai

etäopiskeluna

La 31.10. ja 14.11.26

Hybridikurssi

Klo 10.00–13.00

Shokoofeh Motamedi

Opi käyttämään Googlen tekoälytyökaluja arjen helpottamiseksi selkeiden ohjeiden ja omien minipro- jektien kautta. Tutustut työkaluihin kuten Google Gemini, Nano Banana ja NotebookLM luovasti ja käytännön- läheisesti. **Ohjeet etäopiskeluun s. 18.**

340120
Ruudunluku- ja
käyttöapuohjelmat tutuksi,
32 €

Monio, Kammari D.106

Ti ja to 3.11.–17.11.26

Klo 10.00–13.15

Kalevi Inki

Tutustumme kahteen yleiseen ruu- dunluku- ja käyttöapuohjelmaan, Applen VoiceOveriin ja Androidin TalkBackiin sekä opetellaan niiden peruskäyttöä käytännön harjoitusten avulla. Kurssi on tarkoitettu aloittelij- oille, jotka haluavat oppia käyttämään älypuhelimien tai tabletin saavutet- tavuustoimintoja arjessa. Sisältöä suunnataan osallistujien tarpeiden mukaan. **Opintosetelikurssi, katso s. 6.**

340206
Tekstinkäsittelykurssi, 38 €

Monio, Kammari D.106 tai

etäopiskeluna

Ma ja ke 9.11.–25.11.26

Klo 10.00–13.15

Hybridikurssi

Anneli Odell

Käytämme LibreOffice-toimisto- ohjelmapaketin ilmaista ja turvallista Writer- ohjelmaa. Lataamme yhdessä ohjelmapaketin koneelle. Opettelemme aivan alkeista lähtien mm. tekstin oikeaoppisen kirjoitta- misen, korjaamisen, muokkaamisen, kopioi-liitä –toiminnon, kuvan liittämisen, tekstin sisentämisen, tal- lentamisen eri muodoissa (kuten pdf) ja tulostamisen. Opiskelijoiden toiveet huomioidaan. Ota oma kannettava tietokone mukaasi virtajohtoineen tai käytä Opiston kannettavaa. **Ohjeet etäopiskeluun s. 18.**



Katinka Vävilä, 2026

KIELET

Opiston kielten kursseilla voit aloittaa uuden kielen opiskelun tai parantaa aiemmin hankittua kielitaitoasi. Pääpaino kielikursseillamme on suullisen ilmaisun, viestintätaitojen ja kulttuurintuntemuksen opetuksessa. Lähiopetuksen lisäksi useissa kielissä on mahdollisuus etäopiskeluun.

Kurssikuvausten loppuun on merkitty taitotaso, jolle opinnot tähtäävät. Taitotasoilla A1 ja A2 opiskellaan kielen perusteita. Keskitason B1 ja B2 kurssit soveltuvat kieltä jo itsenäisesti käyttäville, jotka haluavat ylläpitää tai kehittää kielitaitoaan.

Opetusmenetelmät ja oppimateriaalit on suunniteltu aikuisille. Opiskelijat hankkivat itse kurssilla käytettävät oppikirjat. Jos käytössä ei ole oppikirjaa, materiaalikulut on huomioitu kurssin hinnassa.



Lisätietoja kursseista antaa kieltenopettaja Miia Kukkola p. 040 314 3417 tai miia.kukkola@tuusula.fi. Ole rohkeasti yhteydessä, jos tarvitset apua sopivan kurssin valitsemiseen tai etäopiskelun aloittamiseen. Tervetuloa Opistomme kielten kursseille!

Ohjeet etäopiskeluun

Osallistuessasi reaaliaikaiseen etäopetukseen tarvitset toimivan verkkoyhteyden, kaiuttimet/kuulokkeet, mikrofonin ja mielellään kameran. Varmista hyvissä ajoin, että osaat liittyä oppitunnille etäyhteyden kautta.

Ilmoittaudu etäkurssille normaalisti. Saat noin viikkoa ennen kurssin alkua ohjeet ja osallistumislinkin sähköpostiisi. Tarkemmat ilmoittautumisohteet löydät www.tuusula.fi/opisto. Jos ilmoittaudut alle viikko ennen kurssin alkua kielikurssille, ilmoita siitä osoitteeseen miia.kukkola@tuusula.fi.

SUOMI



120102

Suomen alkeet 2 – Finnish for Beginners 2, syksy 28 €

Oppikirjana Oma Suomi 1

(uudistettu painos), kpl 5

Monio, Tupa E.305

Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27

Klo 16.50–18.20

DI Lauri Nurro

Sopii noin vuoden suomea opiskelleille. Jatkamme suomen alkeiden opiskelua. Oppikirja on hankittava erikseen. Opetuskieli suomi. Apukielenä englanti. Taitotaso A1.

120104

Suomen jatkokurssi, syksy 28 €

Oppikirjana Suomen mestari 2

(uudistettu painos), kpl 1

Monio, Tupa E.306

Ma 14.9.–7.12.26 ja 11.1.–12.4.27

Klo 18.50–20.20

Diplom-Germanist Eva Kauppi

Sopii 2–3 vuotta suomea opiskelleille. Oppikirja on hankittava erikseen. Opetuskieli suomi. Apukielenä englanti, venäjä ja saksa. Taitotaso A2.

RUOTSI



120202

Ruotsin helppo aktivointi, syksy 28 €

Oppikirjana Vi ses!, kpl 8

Monio, Tupa E.300

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 17.15–18.45

Diplom-Germanist Eva Kauppi

Tule aktivoimaan ruotsin taitojasi ja ottamaan kieli käyttöön! Keskustelemme ohjatusti arkielämän tilanteista ja kertaamme kielen

perusrakenteita turhia pingottamatta. Opetuskielenä suomi. Taitotaso A2.

ENGLANTI



120302

Englannin alkeiden kertaus, syksy 28 €

Oppikirjana Come along Start, kpl 1

Monio, Kammari D.200

Ti 15.9.–12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 14.00–15.30

FM Sointu Huvinen

Sopii ruosteisen alkeiskielitaidon aktivointiin. Kertaamme englannin alkeita alusta alkaen rauhalliseen tahtiin ja rohkaistumme puhumaan englanniksi. Taitotaso A1.

120304

Englanti 3, syksy 28 €

Oppikirjana Everyday English 2, kpl 5

Monio, Tupa E.216

Ke 2.9.–2.12.26 (ei 28.10. ja 4.11.) ja

13.1.–14.4.27

Klo 9.15–10.45

FM Miia Kukkola

Sopii 3–4 vuotta englantia opiskelleille. Etenemme rauhallisesti ja rennolla asenteella. Harjoitteleminen paljon ääntämistä ja teemme helppoja puheharjoituksia. Opetusta myös syyslomaviikolla 42. Taitotaso A1.

120306

Englanti 4, syksy 28 €

Oppikirjana Everyday English 3, kpl 6

Monio, Kammari D.300a

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 16.45–18.15

FM Miia Kukkola

Sopii 4–5 vuotta englantia opiskelleille ja alkeiden kertaajille. Opimme lisää



englannin perusrakenteita ja arkikielen sanastoa. Harjoittelemme erityisesti ääntämistä ja helppoa puhumista. Katso tarkempi kurssikuvaus netistä. Taitotaso A2. **Opintopistekurssi, katso s. 6.**

120308 Englanti 5 – With a Story, syksy 28 €

Oppikirjana *Everyday English 4*, kpl 6 Monio, Pirtti F.209

Ti 1.9.–1.12.26 (ei 27.10. ja 3.11.) ja 12.1.–13.4.27

Klo 11.40–13.10

FM Miia Kukkola

Sopii noin 5–6 vuotta englantia opiskelleille ja perusteiden kertajille. Opimme uutta ja aktivoimme jo opittua sanastoa ja kielen perusrakenteita. Teemme paljon puheharjoituksia ja luemme myös englanninkielistä tarinaa välipaloina. Opetusta myös syyslomaviikolla 42. Taitotaso A2–B1.

120310 Kaikenkarvaiset ystäväni – Let's read it in English!, 21 €

Opettajan materiaali Monio, Kammari D.300b

La 19.9.–12.12.26

Lähipäivät la 19.9.

ja 12.12.26

Klo 12.30–14.00

Monimuotokurssi

FM Sointu Huvinen

Sopii englannin perusteet omaaville. Luemme kurssin aikana James Herriotin rakastettua tarinaa Kaikenkarvaiset ystäväni englanniksi. Kurssin ensimmäinen ja viimeinen kerta ovat lähiopetusta Moniossa. Katso tarkempi kurssikuvaus netistä. Tule mukaan nauttimaan Yorkshiren maisemista! Taitotaso A2. **Ohjeet etäopiskeluun s. 18.**

120312 Englannin keskustelukerho aloittelijoille, syksy 21 €

Katso s. 13.

120314 Around the World – Englantia matkailijoille, syksy 28 €

Oppikirjana *Around the World*, kpl 6 Monio, Pirtti F.209

Ti 1.9.–1.12.26 (ei 27.10. ja 3.11.) ja 12.1.–13.4.27

Klo 10.00–11.30

FM Miia Kukkola

Sopii kielitaitoaan aktivoiville ja matkailusta kiinnostuneille. Opiskelemme sanastoa ulkomaanmatkoja varten ja harjoittelemme englanniksi puhumista matkailutilanteissa. Tutustumme myös matkakohteisiin ympäri maailmaa! Opetusta myös syyslomaviikolla 42. Taitotaso A2–B1.

120316 Activate your Spoken English, 28 €

Oppikirjana *Catching up* (valikoiden) Monio, Kammari D.300a

To 10.9.–3.12.26

Klo 16.30–18.00

FM Miia Kukkola

Sopii ruostuneen suullisen kielitaidon aktivointiin.

Harjoittelemme englanniksi puhumista ja palautamme mieleen hyödyllistä arkikielen sanastoa eri teemoista. Taitotaso A2–B1. Katso tarkempi kurssikuvaus netistä.

Opintopistekurssi, katso s. 6.

120318 Brush up your English – Englannin jatkokurssi, syksy 28 €

Oppikirjana *Stepping Stones 3*, kpl 4

Monio, Kammari D.300a

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 16.45–18.15

FM Miia Kukkola

Sopii englannin perusteet omaaville. Opimme käytännönläheistä ja ajan tasalla olevaa kieltä. Harjoittelemme paljon suullista ilmaisua ja kuullun ymmärtämistä. Kertaamme myös kieliopista parhaita paloja. Katso tarkempi kurssikuvaus netistä. Taitotaso B1.

Opintopistekurssi, katso s. 6.



120320 Sharpen your English – Englantia edistyneille, syksy 28 €

Oppikirjana *English File Intermediate Plus* (4th edition), kpl 5A

Monio, Kammari D.300a

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 18.30–20.00

FM Miia Kukkola

Sopii hyvän peruskielitason omaaville. Kertaamme kieliopista perusrakenteita, keskustelemme monipuolisista aiheista ja samalla päivitämme sanastoa ajan tasalle. Oppitunneilla puhumme pääosin englantia. Taitotaso B1–B2.

120322 Update your English – Englantia edistyneille, syksy 28 €

Oppikirjana *English File Intermediate Plus* (4th edition), kpl 9A

Monio, Pirtti F.209

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 13.00–14.30

HuK Lucas Esteban Lasikari

Sopii hyvän peruskielitaidon omaaville. Tavoitteenamme on ylläpitää puhevalmiutta, kerrata ja päivittää sanavarastoa eri aihepiireistä ja syventää myös kielioopin hallintaa monipuolisesti harjoitellen. Oppitunneilla puhumme pääosin englantia. Taitotaso B1–B2.

120324 Englannin keskustelukerho kokeneemmille keskustelijoille, syksy 21 €

Katso s. 13

120326 English Conversation, syksy 37 €

Opettajan materiaali

Monio, Salonki B.302

Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27

Klo 18.00–19.30

HuK Lucas Esteban Lasikari

Come and enjoy a casual evening of English conversation, where you can practice your speaking and listening skills and expand your vocabulary. We will discuss a variety of topics according to the participants' interests. Taitotaso B1–B2.

SAKSA



120402

Hallo! Saksa 2, syksy 28 €

Oppikirjana Hallo! 2, kpl 9

Monio, Tupa E.300

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 18.50–20.20

Diplom-Germanist Eva Kauppi

Rauhallisesti etenevä kurssi noin 4 vuotta saksaa opiskelleille. Aiheina mm. mökkeily, terveys ja harrastukset. Teemme paljon puheharjoituksia ja tutustumme myös saksankielisten maiden kulttuuriin ja arkeen. Taitotaso A2.

120404

Nachrichten auf Deutsch – Saksan aktivointi, 37 €

Opettajan materiaali

Monio, Tupa E.306

Ma 14.9.–7.12.26

Klo 17.15–18.45

Diplom-Germanist Eva Kauppi

Sopii saksaa 5–6 vuotta opiskelleille. Haluaisitko päivittää saksantaitojasi ja oppia ajankohtaista sanastoa? Tule mukaan lukemaan, kuuntelemaan ja katsomaan saksankielisiä uutisia! Jokaisella tunnilla luetaan yksi uutinen ja keskustellaan siitä ohjatusti pareittain ja pienryhmissä. Opettaja laatii artikkeleihin sanastot ja sanaston mieleen painamista tukevia tehtäviä. Taitotaso B1–B2.

120406

Saksan keskustelukerho, syksy

37 €

Opettajan materiaali

Monio, Pirtti F.209

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 13.15–14.45

Dipl. ekonom. Pauli Lindström

Verfügen Sie über Grundkenntnisse in der deutschen Sprache und haben nur wenige Möglichkeiten, sie anzuwenden? Dann seid ihr bei diesem Kurs richtig! Wir reden über aktuelles Tagesgeschehen, alltägliches Leben und Reiseberichte. Taitotaso B2.

RANSKA



120502

Ranska 3, syksy 28 €

Oppikirjana C'est parfait! 1, kpl 9

Etäopiskeluna Zoomin välityksellä

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 16.30–18.00

FM Hanna Nevala

Sopii noin 2 vuotta ranskaa opiskelleille tai ruostuneen kielitaidon aktivointiin. Pyrimme puhumaan ranskaa mahdollisimman paljon ja keskitymme käytännön kielitaitoon. Taitotaso A1. **Ohjeet etäopiskeluun s. 18.**

Etäkurssi

120504

Ranskaa edistyneille, syksy 28 €

Oppikirjana Chez Marianne 3, kpl 1

Etäopiskeluna Zoomin välityksellä

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 18.30–20.00

FM Hanna Nevala

Sopii useamman vuoden ranskaa opiskelleille. Harjoittelemmme erilaisia viestintätilanteita, virkistämme puhetta ja kertaamme ranskan perusrakenteita.

Etäkurssi

Tutustumme myös ranskan kieliseen yhteiskuntaan ja kulttuuriin. Taitotaso B1. **Ohjeet etäopiskeluun s. 18**

ESPANJA



120702

Espanjan ilta-aiheet, syksy 28 €

Oppikirjana iPerfecto! 1, kpl 1

Monio, Tupa E.306

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 16.15–17.45

HuK Lucas Esteban Lasikari

Rauhallisesti etenevä espanjan alkeiskurssi vasta-alkajille. Taitotaso A1.

120704

De viaje! Espanjaa matkailijoille, syksy 28 €

Oppikirjana De viaje –

Matkailuespanjaa, kpl 1

Monio, Tupa E.216

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 10.55–12.25

FM Raquel Domenech Martinez

Matkailenko usein espanjankielisissä maissa ja haluaisit oppia kieltä matkailua varten? Tule oppimaan hyödyllistä kieltä seuraavalle matkallesi! Kurssille ovat tervetulleita sekä vasta-alkajat että hieman espanjaa opiskelleet. Taitotaso A1.

120706

Espanja 2 aamu, syksy 28 €

Oppikirjana iPerfecto! 2, kpl 1

Monio, Pirtti F.209

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 9.15–10.45

FM Raquel Domenech Martinez

Sopii noin vuoden espanjaa opiskelleille ja ruostuneiden alkeiden aktivointiin. Taitotaso A1.

120708

Espanja 2 ilta, syksy 28 €

Oppikirjana iPerfecto! 1, kpl 9

Monio, Tupa E.306

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 18.00–19.30

HuK Lucas Esteban Lasikari

Rauhallisesti etenevä alkeiskurssi noin vuoden espanjaa opiskelleille. Taitotaso A1.

120710

Espanja 4 aamu, syksy 28 €

Oppikirjana iPerfecto! 3, kpl 3

Monio, Pirtti F.209

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 10.55–12.25

FM Raquel Domenech Martinez

Sopii 2–3 vuotta espanjaa opiskelleille. Tervetuloa kehittämään kielitaitoa alkeista eteenpäin! Samalla tutustumme espanjankielisten maiden kulttuuriin ja arkielämään espanjalaisen opettajan opastuksella. Taitotaso A2.

120712

Espanja 4 ilta, syksy 28 €

Oppikirjana Buenas Migas 2

(uudistettu painos), kpl 6

Etäopiskeluna Zoomin

välityksellä

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 17.00–18.30

BA Maria Mastropaolo-Särkijärvi

Sopii noin 3 vuotta espanjaa opiskelleille. Harjoittelemmme selviytymään espanjaksi erilaisissa viestintätilanteissa kuten baarissa asioidessa. Opimme kertomaan elämänvaiheista, kielitaidosta ja harrastuksista. Taitotaso A2. **Ohjeet etäopiskeluun s. 18.**

Etäkurssi

120714

Espanja 5 ilta, syksy 28 € **Oppikirjana Buenas Migas 3 (vanha painos), kpl 7**

Monio, Tupa E.300

Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27

Klo 18.10–19.40

BA Maria Mastropaolo-Särkijärvi

Sopii noin 4 vuotta espanjaa opiskelleille. Opimme espanjaa arkielämän ja matkailun tarpeisiin. Aihepiireinä mm. työelämän ilmaisuja, historialliset kohteet ja lippujen varaaminen. Taitotaso B1.

120716

Espanjan helppo keskustelu, syksy 37 €

Opettajan materiaali

Monio, Tupa E.300

Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27

Klo 16.30–18.00

BA Maria Mastropaolo-Särkijärvi

Tule sujuvoittamaan espanjan suullista ilmaisuasi ja laajentamaan sanavarastoasi! Keskustelemme kannustavassa ilmapiirissä ajankohtaisista aiheista, katsomme lyhyitä videoita ja kuuntelemme podcasteja Espanjasta ja muualta maailmasta. Taitotaso B1.

120718

Espanjaa edistyneille, syksy 28 €

Oppikirjana Español en marcha 4, kpl 5

Monio, Tupa E.216

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 9.15–10.45

FM Raquel Domenech Martínez

Sopii useita vuosia espanjaa opiskelleille. Tervetuloa kehittämään espanjan taitojasi mukavassa ilmapiirissä! Kertaamme ja opimme uutta sanastoa ja syvennämme

rakenteiden hallintaa monipuolisten harjoitusten parissa. Harjoitteleminen paljon kuullun ymmärtämistä ja suullista ilmaisuja. Taitotaso B2.

ITALIA



120802

Buongiorno! Italian aamualkeet, syksy 28 €

Oppikirjana Italiano con gusto, kpl 1

Monio, Kammari D.200

To 3.9.–3.12.26 (ei 29.10. ja 5.11.) ja

14.1.–15.4.27

Klo 9.15–10.45

FM Miia Kukkola

Rauhallisesti etenevä italian alkeiskurssi vasta-alkajille. Tutustumme myös italialaiseen kulttuuriin ja Italiaan matkakohteena. Taitotaso A1.

120804

Va bene! Italian ilta-alkeiden jatko, syksy 28 €

Oppikirjana Italiano con gusto, kpl 3

Monio, Kammari D.300a

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 18.10–19.40

FM Miia Kukkola

Sopii noin puoli vuotta italiaa opiskelleille. Jatkamme italian alkeiden opiskelua ja tutustumme samalla italialaiseen kulttuuriin. Taitotaso A1.

120806

Italia 2 päivä, syksy 28 €

Oppikirjana Italiano con gusto, kpl 5

Etäopetuksena Zoomin välityksellä

Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27

Klo 13.00–14.30

FM Silvia Pina

Sopii noin vuoden italiaa opiskelleille. Opimme toimimaan italiaksi erilaisissa matkailutilanteissa ja kertomaan

omasta elämästä ja arkielämän tapahtumista. Samalla tutustumme italialaiseen kulttuuriin ja arkielämään italialaisen opettajan opastuksella. Opetuskieli suomi. Taitotaso A1. Ohjeet etäopiskeluun s. 18.

120808

Italia 3, syksy 28 €

Oppikirjana Bella vista 1, kpl 11

Monio, Tupa E.306

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 16.10–17.40

BA Emanuela Ronchini

Sopii noin 2 vuotta italiaa opiskelleille. Jatkamme italian alkeiden opiskelua. Tutustumme myös italialaiseen kulttuuriin italialaisen opettajan opastuksella. Taitotaso A1.

120810

Impariamo leggendo! Opitaan italiaa lukemalla, 28 €

Opettajan materiaali

Etäopetuksena Zoomin välityksellä

To 3.9.–3.12.26 (ei 29.10. ja 5.11.)

Klo 11.00–12.30

FM Miia Kukkola

Sopii noin 4–5 vuotta italiaa opiskelleille. Jännittävän tarinan parissa pääsemme tutustumaan Comojärven alueeseen ja aktivoimme samalla monipuolisesti kielitaitoa. Tarinaa on mahdollista myös kuunnella äänikirjana. Kurssin voi suorittaa myös itsenäisesti opiskellen. Taitotaso A2.

120812

Italia 4, syksy 28 €

Oppikirjana Si parte! 2, kpl 8

Monio, Kammari D.300a

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 18.30–20.00

FM Miia Kukkola

Sopii noin 4–5 vuotta italiaa opiskel-

leille. Opimme lisää italiaa aiemmin opittua kertailen ja syventäen. Uutena kielioppiasiana konditionaali ja yhdistetyt pronominit. Taitotaso A2.

120814

Italian helppo keskustelu, 28 €

Opettajan materiaali

Etäopetuksena Zoomin välityksellä

Ti 8.9.–1.12.26

Klo 16.10–17.40

Etäkurssi

BA Emanuela Ronchini

Sopii italian alkeet opiskelleille, jotka haluavat harjoitella italiaksi puhumista. Aktivoimme sanavarastoa ja teemme helppoja puheharjoituksia eri aiheista. Taitotaso A2. Ohjeet etäopiskeluun s. 18.

120816

Passione per l'italiano, syksy 28 €

Oppikirjana Italiano per passione, kpl 6

Etäopetuksena Zoomin välityksellä

Lähipäivät: Monio, Tupa E.305

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 17.00–18.30

Monimuotokurssi

FM Silvia Pina

Sopii usean vuoden italiaa opiskelleille ja kertaajille. Tervetuloa kiehtovalle matkalle kieleen, kulttuuriin, historiaan ja nykypäivään! Kehitämme kielitaidon kaikkia osa-alueita keskittyen suulliseen harjoitteluun. Kurssi pidetään muutoin etänä, mutta ensimmäinen ja viimeinen tapaamiskerta pidetään lähiopetuksena. Kurssille voi osallistua, vaikka ei pääsisi lähiopetustunneille. Taitotaso B1. Ohjeet etäopiskeluun s. 18.

MUUT KIELET

129802

Hollanti 2, syksy 28 €

Opettajan materiaali

Etäopiskeluna Zoomin välityksellä

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 17.00–18.30

BA Gerd Niehaus

Etäkurssi

Sopii noin vuoden hollantia opiskelleille. Jatkamme hollannin alkeiden opiskelua. Tutustumme hollantilaiseen kulttuuriin, tapoihin ja Alankomaiden matkailukohteisiin hollantilaisen opettajan opastuksella. Opetuskieli suomi. Taitotaso A1. **Ohjeet etäopiskeluun s. 18.**

129804

Japanin kulttuuria ja kielen alkeita, syksy 28 €

Opettajan materiaali

Monio, Kammari D.200

Ti 15.9.–8.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 10.30–12.00

FM Sointu Huvinen

Tutustumme rauhassa ja nautiskellen kiehtovaan Japanin kulttuuriin ja opiskelemme japanin alkeita, jotka auttavat selviämään Japanissa matkaillessa vastaan tulevista tilanteista. Saamme hyödyllisiä vinkkejä Japanin lomaa varten! Taitotaso A1.

129806

Japani 2, syksy 28 €

Oppikirjana Michi 1 (uudistettu painos), kpl 8

Monio, Kammari D.300b

Ti 15.9.–8.12.26 ja

12.1.–6.4.27

Klo 17.20–18.50

FM Sointu Huvinen

Sopii noin vuoden japania opiskelleille. Tervetuloa jatkamaan japanin alkeiden

opiskelua! Aloitamme myös kanji-merkkien opiskelun. Katso tarkempi kurssikuvaus netistä. Taitotaso A1.

Opintopistekurssi, katso s. 6.

129808

Japani 4, syksy 28 €

Oppikirjana Michi 2, kpl 2

Monio, Kammari D.300b

Ti 15.9.–8.12.26 ja

12.1.–6.4.27

Klo 19.00–20.30

FM Sointu Huvinen

Sopii 3 vuotta japania opiskelleille. Opimme lisää japania ja jatkamme kanji-merkkien harjoittelua. Katso tarkempi kurssikuvaus netistä. Taitotaso A1–A2. **Opintopistekurssi, katso s. 6.**



129810

Linguarum regina – Latinan kieltä ja kulttuuria, syksy 28 €

Opettajan materiaali

Etäopiskeluna Zoomin välityksellä

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 17.00–18.30

FM Jari Nummi

Etäkurssi

Sopii latinaa useamman vuoden opiskelleille ja kertaajille. Pääpaino on tekstin ymmärtämisessä ja sanaston laajentamisessa. Käännämme autenttisia tekstejä antiikin lisäksi myös keskiajalta ja tutustumme samalla aikakausien kulttuuriin. Taitotaso B1. **Ohjeet etäopiskeluun s. 18.**

129812

Karjalan kielen ja kulttuurin alkeiskurssi, 26 €

Katso s. 13.

129814

Karjalan kielen ja kulttuurin jatkokurssi, 22 €

Katso s. 13.

TAIDEAINEET

Lisätietoa kursseista antaa taideaineiden opettaja Annu Kapulainen p. 040 3143413 tai annu.kapulainen@tuusula.fi. Opiskelijat hankkivat tarvittavat kurssimateriaalit itse. Jos materiaalit sisältyvät kurssimaksuun tai ne voidaan hankkia yhteisesti, on se mainittu kurssin kohdalla. Kurssit on tarkoitettu 16 vuotta täyttäneille.

KIRJALLISUUS JA KIRJOITTAMINEN

130202

Lukupiiri, 27 €

Monio, Kammari D.104

To 10.9., 1.10., 22.10., 12.11. ja 3.12.26

Klo 17.30–19.00

FM Marja-Stiina Suihko

Syksyn lukupiirissä keskitytään vain yhden kirjailijan tuotantoon. Skottikirjailija Ali Smithin kielellä leikittelevä maailma on sekoitus arkirealismia, satumaista magiikkaa sekä kiivaita puheenvuoroja. Maailma on sekaisin juuri nyt, mutta uhman ja vastarinnan kautta löytyy myös toivo. Katso kirjalista www.tuusula.fi/opisto > kurssit ja luennot > taide > kirjallisuus > kirjoittaminen.



Kitty Jansson. 2026



130216

Lukupiiri tiedon ystäville, 31 €

Katso s. 11.

110602

Etäkirjoituspaja, 28 €

Etäopiskeluna Teamsin välityksellä

Ti 1.9., 8.9., 15.9., 22.9., 29.9. ja 6.10.26

Klo 18.00–20.00

Huk Elina Lahti

Etäkurssi

Nyt kirjoitetaan! Tule etäryhmään kirjoittamaan omaa tekstiäsi. Lajisi voi olla romaani, novelli, sukutarina tai oman elämän sattumuksia. Etäkirjoituspajan inspiroivien harjoitusten avulla pystyt edistämään omaa kirjoitusprojektiäsi. Paja soveltuu sekä aloittelijoille että kokeneille kirjoittajille, koska jokainen tekee omaa tekstiään. Aina harjoituksen jälkeen pari halukasta saa lukea tekstinsä ääneen ja käymme niistä lyhyen keskustelun. Kurssi ei sisällä teoriaopetusta. **Ohjeet etäopiskeluun s. 18.**

PIIRUSTUS, MAALAUUS JA SEKATEKNIIKAT

110302

Väriopin perusteet, 59 €

Monio, Kammari D.204

Pe 2.10.26 klo 18.00–21.00

La ja su 3.–4.10.26 klo 11.30–16.30

KuM, TaM, taidemaalari

Annu Kapulainen

Sukellamme väriopin perusteisiin luento-osuuksin ja käytännön akryyliyvärimaalausharjoituksin. Teemme eripituisia tehtäviä liittyen värin kolmeen perusominaisuuteen: valööreihin, sävyihin ja kyläisyyteen. Opi tekemään monipuolisesti erilaisia värisekoituksia kylmistä ja lämpimistä pääväreistä. Saat myös perustiedot välineistä, materiaaleista ja tekniikoista. Kurssimaksu sisältää värit ja maalausarkit, muut maalausohjat ja -välineet on hankittava itse. Kurssi on tarkoitettu sekä vasta-alkajille että käytännön värioppia kertaaville jatkaajille. Lisätietoja kurssista saa netistä tai Opiston toimistosta.

110304

Avoim ateljee 1, syksy 43 €

Monio, Riihi A.205

Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27

Klo 17.20–20.20

KuM, TaM, taidemaalari

Annu Kapulainen

Avoimessa ateljeessa on mahdollisuus työskennellä itsenäisesti valitsemaalaan tekniikalla opettajan ohjauksessa. Kurssilla voi keskittyä omiin maalauksiin (akvarelli-, akryyli-, pastelli- tai öljyvärimaalaus), piirustuksiin tai sekatekniikoilla toteutettaviin töihin. Ateljee tarjoaa tilaa, aikaa, ajatuksia ja vapautta toteuttaa itseään. Luentoja ja tietoisuuksia materiaali-, väri- ja sommitteluopista sekä opastusta tarvikkehankinnoissa.

110306

Avoim ateljee 2, syksy 43 €

Monio, Riihi A.205

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 16.20–19.20

KuM, TaM, taidemaalari

Annu Kapulainen

Sama sisältö kuin kurssilla 110304.

110308

Maalauksen

sekatekniikkakurssi, 35 €

Monio, Riihi A.205

Pe 30.10.26 klo 18.00–21.00

La ja su 31.10.–1.11.26

Klo 11.00–17.00

KuM, kuvataiteilija Paavo Paunu

Työskentelemme vapaavalintaisilla vesi- ja öljyhenteisillä väreillä ja yhdistelemme nopeampia vesiliukoisia tekniikoita hitaampiin öljypohjaisiin maalaustekniikoihin. Maalaamisen kerrostaminen mahdollistaa monenlaisia erittäin hyödyllisiä värinkäsittelyn tapoja luotaessa tila- ja valovaikutelmia sekä erilaisissa värin muokkaukseen liittyvissä menetelmissä. Kurssi sopii sekä aloittelijoille että pidempään harrastaneille. Lisätietoja: paavopaunu@gmail.com. Lisätietoja kurssista saa netistä tai Opiston toimistosta.

110310

Piirtämisen iloa, syksy 48 €

Monio, Kammari D.204

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 18.00–21.00

Taideopettaja Anna Matikainen

Opi piirtämään luovasti klassisiin perusteisiin nojaten. Kurssin ytimessä ovat havainnointi ja harjoittelu: miten kolmiulotteinen maailma siirretään kaksiulotteiselle pinnalle. Tehtävät etenevät klassisista tekniikoista kohti leikkiä, iloa ja omaa ilmaisua mit-

tasuhteiden, valon ja varjon avulla. Tutustumme myös piirustusmateriaaleihin, kuten lyijykyniin, hiileen ja liituihin sekä eri papereiden vaihtokukseen. Pääset alkuun Opiston materiaaleilla ja välineillä, ja saat opettajalta vinkkejä omien tarvikkeiden hankintaan. Kurssi sopii vasta-alkajille ja pidempään harrastaneille.

110312

Vanhoista teoksista uutta

ilmaisua, 28 €

Monio, Riihi A.205

La 7. ja 14.11.26

Klo 11.00–16.00

Taideopettaja Anna Matikainen

Työstämme uudelleen omia epäonnistuneiksi tai keskeneräisiksi koettuja piirroksia ja maalauksia. Tutkimme kerrostamista, materiaalien luovaa muokkaamista, värien ja tekstuuriin yhdistämistä sekä vanhojen kuvien uudelleen tulkintaa – vanhasta syntyy jotain yllättävää ja ainutlaatuisia. Työskentelemme vapaavalintaisilla piirustusvälineillä ja vesiohenteisilla maalausvälineillä. Saat kurssikirjeen ennen kurssin alkua. Sopii jonkin verran kuvataidetta harrastaneille.

110314

Elävänmallin

piirustuskurssi, syksy 75 €

Monio, Riihi A.205

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 18.00–21.00

KuM, TaM, taidemaalari

Annu Kapulainen

Piirrämme alastonta mallia lyijykynällä, hiilellä, musteella ja erilaisilla liiduililla. Harjoitukset vaihtelevat nopeista 1–10 min. mittaisista pikapiirroksista (croquis) pitkiin tutkielmiin. Vartalon piirtämisen avulla tutustumme ihmisen mittasuhteisiin ja pinta-anato-

miaan. Tutkimme viivan käyttöä, valöörejä ja opimme erilaisia varjostustekniikoita. Sopii kaikille, jotka haluavat kehittää ja ylläpitää piirustustaitoaan. Kurssimaksu sisältää peruspiirustusvälineet ja paperit.

110316

Akryyli- ja öljyvärimaalaus, syksy 43 €

Monio, Riihi A.205

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 17.20–20.20

KuM, TaM, taidemaalari

Annu Kapulainen

Tule oppimaan akryyli- ja öljyvärimaalaustekniikan monipuolisuutta! Laajenna ilmaisuasi ja teknisiä taitojasi. Opimme perusmaalausta, sommitelua, materiaali- ja värioppia ja myös erikoistekniikoita. Työskentelemme opettajan antamien tehtävien pohjalta, mutta kurssilla saa tehdä myös omia vapaita aiheita. Sopii aloittelijoille ja pidempään harrastaneille.

110318

Aamupäivämaalarit, syksy 63 €

Monio, Pirtti F.205

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 10.00–13.00

TaM, Raisa Helin

Tutustumme maalaamisen prosessiin ja tekniikoihin, luonnostelusta teoksen viimeistelyyn. Perehdymme mm. sommitteluun, valööriin ja värien käyttöön. Työskentelemme enimmäkseen akryyleilla ja öljyväreillä. Syyskaudella mahdollisuus myös temperamaalaukseen. Kurssi sopii jonkin verran maalanneille.

110320

Akvarellimaalaus, syksy 44 €

Monio, Kammari D.204

To 17.9.–10.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 17.30–20.30

TaM, taidemaalari Jan Lappalainen

Tutkimme akvarellimaalauksen tekniikkaa ja ilmaisua eri teemojen ja aiheiden kautta opettajan demonstraation pohjalta itsenäisesti työskennellen. Käytämme valokuvia referensseinä. Kurssilla saa myös tehdä vapaasti omia aiheita. Sopii sekä aloittelijoille että pidempään harrastaneille. Lisätietoja kurssista saa netistä tai Opiston toimistosta.

110322

Piirustuksen ja maalauksen viikonloppukurssi, 28 €

Kellokosken koulu, A 12

La ja su 7.–8.11.26

Klo 11.00–16.00

KuM, taidemaalari

Agnieszka Wajda-Hänninen

Tutustumme piirustuksen ja maalauksen perusteisiin sekä harjoitteleme työskentelyä havainnon pohjalta.

Luantaina johdanto piirtämiseen ja nopeita luonnoksia havainnosta sekä asetelman piirtäminen. Sunnuntaina johdanto maalaamiseen sekä yksinkertaisen maalauksen toteuttaminen. Omat piirustus- ja maalausvälineet valitun tekniikan mukaan (esim. lyijykynä, hiili, pastellit, akryyli- tai öljyvärit tai digitaalinen piirtäminen tabletilla). Kurssi sopii sekä vasta-alkajille että jo aiemmin maalanneille.

110324

Action Painting, 72 €

Monio, Riihi A.205

La ja su 19.–20.9.26

Klo 11.00–17.00

KuM, taidemaalari Jari Järnström

Maalaamme spontaanisti roiskien, kaataen ja kokeillen. Käytämme akryylivärejä ja tutkimme intuitiivista maalaamista. Sopii kaikille. Kurssimaksu sisältää kaikki tarvittavat maalauksmateriaalit sekä maitopurkkikartonkia luonnosteluun. Suosittelemme, että tuot mukana akryylimaalaukseen sopivia maalauks-pohjia. Lisätietoja kurssista saat netistä tai Opiston toimistosta.

110326

Kollaasin viikonloppukurssi, 32 €

Monio, Kammari D.204 (pe) ja Riihi A.205 (la–su)

Pe 20.11.26 luento ja info

Klo 18.00–20.00

La ja su 28.–29.11.26

Klo 11.30–16.30

KuM, TaM, taidemaalari

Annu Kapulainen

Erlaisia paperimateriaaleja sekä piirustus- ja maalauksjälkeä yhdistelevä kollaasikurssi sopii kaikille. Teemme paperi- ja sekatekniikkakollaaseja, joissa yhdistämme piirustus- ja maalauksjälkeä vapaavalintaisilla välineillä. Tutkimme myös sommittelun merkitystä kuvanrakentamisessa.

110328

Luonnonkasvimusteet, 32 €

Monio, Kammari D.200

Pe 20.11.26 klo 17.30–20.30

La ja su 21.–22.11.26

Klo 11.30–17.30

Kuvataiteilija, taideopettaja

Satu Kalliokuusi

Valmistamme akvarellityyppiin maalaukseen kasvimusteita luonnonkasveista sekä orgaanisia maalauksvälineitä. Opi perustaidot, jonka jälkeen osaat itsenäisesti valmistaa sopivista kasveista ekologisia maalauksmusteita. Teemme myös värinäytevihkosen. Voit kerätä jo valmiiksi kasveja kuivumaan: puolukanlehdet, vaahteran siemenkodat, hevонhierakka, tammenterhon "hatut" ja pietaryrtti. Saat myös tarvittavia kasveja opettajalta pientä korvausta vastaan. Saat kurssikirjeen ennen kurssin alkua. Kurssi sopii kaikille.

TAIDEGRAFIKKA

110330

Metalligrafikka, 45 €

Monio, Kammari D.204

La ja su 17.–18.10.26 ja 24.–25.10.26

Klo 10.00–16.00

Kuvataiteilija, taideopettaja

Maritta Meckelborg

Opettelemme tekemään etsausta ja akvatintaa, jotka syntyvät kuparilaattaa syövyttämällä syväpainomenetelmin. Syövytetyn laatan avulla siirrämme piirroksen vedostamalla paperille. Värit, paperi ja yksi kuparilaatta (koko n. 10 x 10 cm) sisältyvät kurssimaksuun. Kurssi sopii aloittelijoille ja edistyneille.

POSLIININMAALAUUS

Kursseilla maalataan posliinia erilaisin tekniikoin, esimerkiksi jäljentäen tai vapaasti maalaten. Maalaamme esim. kodin käyttöesineitä, koriste-esineitä tai vaikka kaakeleita. Harrastuksen aloittaminen ei vaadi aiempaa maalauskokemusta.

110332

Posliininmaalaus 1, syksy 44 €

Kellokosken koulu, A 12

Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27

Klo 16.30–19.00

Posliininmaalaaja Marjo Peltokoski

Maalaamme vesi- ja täpättiliukoisin öljyyn sekä lysterellä. Työvälineitä kurssilaisten käytössä.

110334

Posliininmaalaus 2, syksy 44 €

Kellokosken koulu, A 12

Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27

Klo 19.00–21.30

Posliininmaalaaja Marjo Peltokoski

Sama sisältö kuin kurssilla 110332.

110336

Posliininmaalaus vesiliukoisilla väreillä, syksy 44 €

Monio, Kammari D.200

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 17.30–20.00

Posliininmaalaaja Marika Tihula

Mikäli itselläsi ei ole omia maalauks-tarvikkeita, voit korvausta vastaan (15 euroa/kausi) käyttää opettajan tarvikkeita. Maalattavat esineet eivät kuulu hintaan.

110338

Posliininmaalaukset vesiliukoisilla väreillä, syksy 44 €

Monio, Kammari D.200

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 10.30–13.00

Posliininmaalaja Marika Tihula

Sama sisältö kuin kurssilla 110336.

KERAMIikka

Kurssimaksuun sisältyy 10 kg savea, peruslasitteet ja värit. Lisämateriaalit opiskelijat hankkivat itse. Kurssit on tarkoitettu 16 vuotta täyttäneille. Kurssit sopivat kaikentasoisille.

110490

Aamukeramiikka, syksy 85 €

Monio, Kammari D.200

Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27

Klo 9.30–12.00

AMK, TaM, keraamikko,

kuvataideopettaja Laura Nurro

Opimme uutta ja syvennämme taitoja käsinrakennustekniikoissa ja dreijauksessa. Hyödynnämme myös kipsimuottien mahdollisuuksia. Käytämme monipuolisesti lasitteita, enkojeja ja oksidipatinoita käyttöesineiden ja veistosten pintakäsittelyssä. Kertaamme keramiikan materiaaliopin perusteita.

110492

Päiväkeramiikka, syksy 85 €

Monio, Kammari D.200

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 11.30–14.00

AMK, keramiikkamuotoilija

Heini Pulkkinen

Kurssilla on mahdollisuus työskennellä itsenäisesti valitsemallaan tekniikalla opettajan ohjauksessa. Voit rakentaa

veistoksia, valmistaa käyttöesineitä tai kokeilla dreijaaamista, sekä oppia lisää lasittamisesta.

110494

Iltapäiväkeramiikka, syksy 85 €

Monio, Kammari D.200

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 14.15–16.45

AMK, keramiikkamuotoilija

Heini Pulkkinen

Sama sisältö kuin kurssilla 110492.

110496

Iltakeramiikka, syksy 85 €

Monio, Kammari D.200

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 17.00–19.30

AMK, keramiikkamuotoilija

Heini Pulkkinen

Sama sisältö kuin kurssilla 110492.

110498

Ikuiset kuvat, 45 €

Monio, Kammari D.200

Pe 9.10.26 klo 18.00–21.00

La ja su 10.–11.10.26 klo 10.00–15.00

Su 15.11.26 klo 10.00–13.00 lasitus

TaM, kuvataiteilija Susanna Autio

Haluaisitko ikuistaa vanhoja valokuvia tai piirustuksia saveen? Teemme savesta esineitä tai veistoksia, joihin kokeilemme erilaisia koristelutekniikoita ja erityisesti opettelemme kuvansiirtoa. Ota mukaan lasertulosteita kuvansiirtoa varten. Käytössä on myös sabluunoita, joilla voit jatkaa kuvansiirtoasi tai tehdä oman itsenäisen työn. Lisäksi kokeilemme monotypiaa savella! Saat tarkemmat ohjeet kurssikirjeessä ennen kurssin alkua. Lasitamme työt viimeisellä keralla kirkkaalla lasitteella.

KUVANVEISTO

110448

Kuvanveiston

sekatekniikkakurssi, 45 €

Monio, Kammari D.200

Pe 2.10.26 klo 18.00–21.00

La ja su 3.–4.10.26 klo 11.00–17.00

KuM, kuvataiteilija Paavo Paunu

Tutustumme erilaisiin mahdollisuuksiin käyttäen puumateriaalia yhdistettynä luonnonpuuhun, saveen, kankaaseen ja kierrätysvaatteeseen sekä akryylimaukseen. Lähtökohtana omaan veistokseesi ovat luonnosta keräämäsi oksat, juuret ja kaarnat. Kurssilla on dialuentoja ja keskusteluja kuvanveistotaiteen ilmiöistä, olemuksesta ja eri tekniikoiden vaikutuksesta veistoksen kauneuteen ja sisältöihin. Kurssimaksu sisältää suurimman osan materiaaleista sekä työkalujen käytön. Saat kurssikirjeen ennen kurssin alkua. Sopii kaikille.



MUUT TAIDEKURSSIT

110340

Ikonimaalauksen

päiväkurssi, syksy 50 €

Monio, Kammari D.200

Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27

Klo 12.30–15.30

TaM Sari Stajevic-Teodosien

Opiskelemme ikonimaalauksen Bysantin ortodoksisen perinteen mukaisesti. Työskentelytapa on rauhallinen ja keskittynyt, taustamusikkinä ortodoksisia säveliä. Tarvikkeet ja ikonipohjan voi ostaa opettajalta. Tarvikemaksu on 55 €.

TEATTERI JA ELOKUVAILMAISU

110202

Teatteri- ja elokuvailmaisun perusteet, syksy 50 €

Monio, Riihisali

To 10.9.–10.12.26 (ei 5.11.)

ja 28.1.–22.4.27

Klo 18.00–21.00

TeM, näyttelijä Arttu Kapulainen

Tutustu teatteri-ilmaisun peruselementteihin: kehoon, ääneen ja läsnäolon voimaan. Harjoitellaan teatterin perusteita esiintyjän näkökulmasta: kehonhallintaa, äänenkäyttöä, vuorovaikutusta ja improvisaatiota. Tavoitteena on vahvistaa esiintymisvarmuutta ja löytää omia ilmaisukeinoja turvallisessa, kannustavassa ilmapiirissä. Kurssi on tarkoitettu sekä aloittelijoille että jatkajille. Ota mukaan mukavat vaatteet, joissa voit liikkua vapaasti, sekä vesipullo.

110204

Nukke- ja esineteatterin alkeiskurssi aikuisille, 35 €

Monio, Riihi A.205

Pe 20.11.26 klo 18.00–21.00

La ja su 21.–22.11.26 klo 11.00–17.00

TeM, TaM, nukketheateritaiteilija

Johanna Kultala

Tutustumme nukken liikuttelun eli nuketuksen perusteisiin ja osa-alueisiin: kuten hengitykseen, liikkeeseen, impulssiin ja katseeseen elollisuuden illuusiota luovina elementteinä. Osallistujan käsitys nukketheaterin ilmaisukeinoista laajenee. Työskentelemme mm. luonnonmateriaalien, arkisten esineiden, yksinkertaisten harjoitusnukkejen ja pöytänukkejen kanssa. Rakennamme kurssin kuluessa pieniä esityksellisiä kohtauksia kannustavassa ilmapiirissä. Aikaisempaa kokemusta ei tarvita. Kurssi on suunnattu aikuisille. Lisätietoja kurssista saa netistä tai Opiston toimistosta.

110206

Kamera- ja elokuvanäyttelämisen perusteet, syksy 50 €

Monio, Riihisali

Su 13.9.–13.12.26 ja 17.1.–11.4.27

Klo 15.00–18.00

TeM, näyttelijä Arttu Kapulainen

Tutustu kamera- ja elokuvanäyttelämisen peruselementteihin: luonnollisuuteen, läsnäoloon ja kameran kanssa työskentelyyn. Harjoitteleme näyttelijäntöön perusteita kameran edessä: ilmaisun hienovaraisuutta, katseen käyttöä, reaktiota ja kuuntelua sekä työskentelyä eri kuvakokojen mukaan. Tutustumme myös kuvaukselliseen ajatteluun ja siihen, miten näyttelijäntö rakentuu ottojen ja leikkausten kautta. Tavoitteena on vahvistaa esiintymisvarmuutta kameran edessä ja löytää oma, uskottava ilmaisutapa rennossa ja kannustavassa ilmapiirissä. Aiempaa kokemusta ei tarvita, avoin mieli riittää.

KUVATAITEEN PERUSOPETUS LAPSILLE JA NUORILLE

15–20-vuotiaat	SYVENTÄVÄT OPINNOT <i>Omat polut</i>	4 lukuvuotta
13–14-vuotiaat	PERUSOPINNOT 4 <i>Merkkipaaluja ja virstanpylväitä</i>	2 lukuvuotta
11–12-vuotiaat	PERUSOPINNOT 3 <i>Uusia näköaloja</i>	2 lukuvuotta
8–10-vuotiaat	PERUSOPINNOT 2 <i>Taidematkaajat liikkeellä!</i>	3 lukuvuotta
6–7-vuotiaat	PERUSOPINNOT 1 <i>Mathkavalmisteluja</i>	2 lukuvuotta
4–5-vuotiaat	VARHAISIÄN KUVATAIDEKASVATUS <i>Minikuvis</i>	

Tuusulan kuvataidekoulussa 6–20-vuotiailla lapsilla ja nuorilla on mahdollisuus opiskella kuvataiteita laaja-alaisesti ja pitkäjänteisesti taiteen perusopetuksen ryhmissä. Tarjolla on myös 4–5-vuotiaiden Minikuvis-ryhmiä.

Laajan oppimäärän (1300 t) opinnot rakentuvat opintokokonaisuuksista (Perusopinnot PO1–PO4 ja Syventävät opinnot). Opinnot etenevät ikäkauden mukaisesti tavoitteellisesti tasolta toiselle.

Opintojen tavoitteena on kasvattaa oppilaita nauttimaan taiteista tekijänä ja kokijana. Opinnot innostavat lapsia ja nuoria elinikäiseen taiteiden harrastamiseen ja antavat valmiuksia taidealojen jatko-opintoihin hakeutumiseen.

Oppilas saa todistuksen suoritettuaan perusopinnot. Syventävien opintojen päätteeksi oppilas saa taiteen perusopetuksen laajan oppimäärän päättötodistuksen.

Kuvataidekoulussa lapset ja nuoret pääsevät tutustumaan ikäkaudelle sopivin tavoin kuvataiteen materiaaleihin, välineisiin ja tekniikoihin monipuolisesti kaksi- ja kolmiulotteisen sekä digitaalisen työskentelyn kautta. Opintoihin sisältyy myös vierailuja taidenäyttelyissä ja kuvataidekoulun omia oppilasnäyttelyitä.

Kuvataidekouluun ovat tervetulleita kaikki kuvataiteesta kiinnostuneet lapset ja nuoret. Aiempia opintoja kuvataidekoulussa ei vaadita.

Syyslukukaudella 2026 lasten ja nuorten taiteen perusopetuksen ryhmillä on 16 ja Minikuvis-ryhmillä 8 opintokertaa.

Opetusta on kerran viikossa 2–3 oppitunnin ajan. Minikuvisin opintokerta kestää 60 min.

Syyslukukauden 2026 opinnot alkavat taiteen perusopetuksen ryhmillä ma 17.8. alkaen. Minikuvis-ryhmät aloittavat ma 14.9.26 alkaen.



Tapani Jäderholm, 2026

Lukukausimaksut

Minikuvis (60 min/vko) 60 €

Perusopinnot 1–2
(2x45 min/vko) 142 €

Perusopinnot 3–4 ja Syventävät
opinnot (3x45 min/vko) 177 €

Lukukausimaksu sisältää opetuksen sekä materiaalit, välineet ja mahdolliset näyttelyretket.

Katso sisaralennukset ja vapaaoppilaspaidat **s. 5**.

Uusien oppilaiden ilmoittautuminen kuvataidekoulun vapaille paikoille on avautunut ma 18.5.26 Kuvataidekoulun uusien oppilaiden haku lukuvuodelle 2026–2027 - Tuusulan Opisto

Lisätietoja opinnoista antaa kuvataidekoulun suunnittelijaopettaja Laura Nurro (laura.nurro@tuusula.fi).

www.tuusula.fi/kuvataidekoulu

www.facebook.com/tuusulankuvataidekoulu/

www.instagram.com/tuusulankuvis/



HYRYLÄN OPETUSPISTE

Monio, Pirtti F.205 ja F.209, Kammari D.200

Minikuvis (4–5-vuotiaat, 2021–2022 syntyneet)

110342 ma klo 16.00–17.00, 14.9.–9.11.26, D.200

Perusopinnot 1 (6–7-vuotiaat, 2019–2020 syntyneet)

110344 ma klo 17.45–19.15, 17.8.–30.11.26, F.209

110346 to klo 16.30–18.00, 19.8.–2.12.26, F.209

Perusopinnot 2 (8–10-vuotiaat, 2016–2018 syntyneet)

110348 ma klo 16.00–17.30, 17.8.–30.11.26, F.209

110350 ti klo 16.30–18.00, 18.8.–1.12.26, F.205

110352 ti klo 16.15–17.45, 19.8.–2.12.26, F.209

110354 ke klo 16.30–18.00, 19.8.–2.12.26, F.205

110356 to klo 16.45–18.15, 20.8.–3.12., F.209

110358 to klo 18.30–20.00, 20.8.–3.12.26, F.209

Perusopinnot 3 (11–12-vuotiaat, 2014–2015 syntyneet)

110360 ma klo 16.00–18.15, 17.8.–30.11.26, F.205

110362 ti klo 18.15–20.30, 18.8.–1.12.26, F.205

110364 ke klo 18.15–20.30, 20.8.–3.12.26, F.209

110366 to klo 16.00–18.15, 20.8.–3.12.26, F.205

Perusopinnot 4 (13–14-vuotiaat, 2012–2013 syntyneet)

110368 ma klo 18.30–20.45, 17.8.–30.11.26, F.205

110370 ke klo 18.15–20.30, 19.8.–2.12.26, F.205

Syyslukukauden opintoihin sisältyy pieni näyttelyretki erikseen ilmoitettava ajankohtana.

Syventävät opinnot (15–20-vuotiaat, 2007–2011 syntyneet)

110372 ti klo 17.45–20.00, 18.8.–1.12.26, F.209

110374 to klo 18.30–20.45, 20.8.–3.12.26, F.205

Syyslukukauden opintoihin sisältyy pieni näyttelyretki erikseen ilmoitettava ajankohtana.

Huom! Kaikkien perusopintojen ja syventävien opintojen ryhmien yhteinen Taidepäivä pidetään Moniolla la 12.9.26. Taidepäivä on osa ryhmien opinto-ohjelmaa.

KELLOKOSKEN OPETUSPISTE

Kellokosken koulu, Koulutie 7, A12 -ovi

Minikuvis (4–5-vuotiaat, 2021–2022 syntyneet)

110396 to klo 17.00–18.00, 17.9.–12.11.26, D.200



Perusopinnot 1 (6–7-vuotiaat, 2019–2020 syntyneet) / Perusopinnot 2 (8–10-vuotiaat, 2016–2018 syntyneet)

110376 ti klo 16.00–17.30, 18.8.–1.12.26

Perusopinnot 2 (8–10-vuotiaat, 2016–2018 syntyneet)

110378 ti klo 16.00–17.30, 18.8.–1.12.26

Perusopinnot 3 (11–12-vuotiaat, 2014–2015 syntyneet)

110380 ti klo 17.45–20.00, 18.8.–1.12.26

Perusopinnot 4 (13–14-vuotiaat, 2012–2013 syntyneet) / Syventävät opinnot (15–20-vuotiaat 2007–2011 syntyneet)

110382 ti klo 17.45–20.00, 18.8.–1.12.26

Syyslukukauden opintoihin sisältyy pieni näyttelyretki erikseen ilmoitettava ajankohtana.

Huom! Kaikkien perusopintojen ja syventävien opintojen ryhmien yhteinen Taidepäivä pidetään Moniolla la 12.9.26. Taidepäivä on osa ryhmien opinto-ohjelmaa.

KUVATAIDEKOULUN LYHYTKURSSIT

110384

Animaatiota ja rakentelua.

Kuvataiteen aikuinen- lapsi (3-6-v.), 34 €

Monio, Pirtti F.205

La 26.9., 24.10., 7.11. ja 21.11.26

Klo 11.00-12.30

TaM, Raisa Helin

Tutustumme animaation tekemisen perusteisiin hauskojen ja mielikuvitusta kutkuttelevien harjoitusten kautta. Rakennamme animaatioihin kolmiulotteiset lavasteet ja kuvaamme esine- tai pala-animaation. Kurssin loppuksi editoimme animaatiot valmiiksi. **Aikuinen ja lapsi-kurssi, katso s. 4.**

110386

Saven salaisuudet. Kuvataiteen aikuinen-lapsi (3-6-v.), 34 €

Monio, Pirtti F.205

La 26.9., 24.10., 7.11. ja 21.11.26

Klo 13.00-14.30

TaM, Raisa Helin

Tutustumme savitöiden perustekniikoihin ja koristelumahdollisuuksiin monipuolisten tehtävien kautta. Jokaisella kerralla on uusi aihe, joka sisältää myös tekniikkaopetusta. Painotamme kokeilun kautta oppimista, lapsen oman mielikuvituksen tukemista ja yhdessä tekemisen iloa. **Aikuinen ja lapsi-kurssi, katso s. 4.**



MUSIIKKI

Musiikin opetus on yksilöopetusta, paitsi harmonikansoitossa opiskellaan ryhmässä. Kurssimaksu yksilöopetuksessa syyskaudella on 107 € (20 min) tai 153 € (30 min). Syyskauden vapaita soittoaikoja voi tiedustella Opiston toimistosta. Jonopaikalle voit ilmoittautua myös netissä.

110102

Kitaransoitto

Monio, 2. krs.

Ti 8.9.-1.12.26 ja 12.1.-6.4.27

Klo 16.00-20.00

Kimmo Nissinen

110104

Kitaransoitto

Monio, 2. krs

Ke 9.9.-2.12.26 ja 13.1.-7.4.27

Klo 16.00-20.00

Kimmo Nissinen

110106

Pianonsoitto

Tuusulanjärven koulu A1-ovi

Ti 8.9.-1.12.26 ja 12.1.-6.4.27

Klo 15.30-20.10

Kai Himberg

110108

Pianonsoitto

Vaunukankaan koulu B-ovi

Ti 1.9.-24.11.26 ja 12.1.-6.4.27

Klo 15.00-19.50

Riina Rutanen

110110

Pianonsoitto

Vaunukankaan koulu B-ovi

To 3.9.-26.11.26 ja 14.1.-8.4.27

Klo 15.00-18.10

Riina Rutanen

110112

Viulunsoitto

Rykmentinpuiston koulun

musiikkiluokka

Ke 9.9.-2.12.26 ja 13.1.-7.4.27

Klo 16.00-18.30

Majju Grönholm-Pojjärvi

110114

Harmonikansoitto, syksy 44 €

Vaunukankaan koulu A-ovi

Ti 8.9.-1.12.26 ja 12.1.-6.4.27

Klo 17.00-20.00

Tarmo Oksa

110116

Harmonikansoitto, syksy 44 €

Kellokosken koulu, A6-ovi

To 10.9.-3.12.26 ja 14.1.-8.4.27

Klo 17.00-18.30

Tarmo Oksa

PUUTARHA

710302

Syyskranssi, 14 €
Monio, Kammari D.204
Ma 14.9.26
Klo 17.30–20.30
Floristi Eeva Tala

Teemme syyskranssin puolalankatekniikalla. Yhdistämme kranssiin tuoreita ja kuivattuja materiaaleja. Opit myös, mitä materiaaleja voi kerätä luonnosta. Kranssi sopii oveen, seinälle tai vaikka parvekepöydälle. Materiaalimaksu 25 € maksetaan opettajalle (käteinen/mobilepay). Työvälineet lainattavissa opettajalta.

710304

Kimppukurssi, 14 €
Monio, Kammari D.204
Pe 9.10.26
Klo 17.30–20.30
Floristi Eeva Tala

Teemme syksyisen kimpun spiraalitekniikalla. Opimme käyttämään eri materiaaleja kimppuun sekä kukkien käsittelyä ja huoltamista. Saat tietoa, mitkä kasvit kestävät parhaiten kimpussa. Materiaalimaksu 25 € maksetaan opettajalle (käteinen/mobilepay). Työvälineet lainattavissa opettajalta.

710306

Havukranssikurssi, 14 €
Monio, Kammari D.204
Pe 30.10.26
Klo 17.30–20.30
Floristi Eeva Tala

Teemme havukranssin kesävistä havuista ja ikivihreistä puolalankatekniikalla valmiiseen kranssipohjaan. Havukranssin voi viedä esimerkiksi haudalle tai ripustaa oveen. Saat vinkkejä, miten kranssia voi tuunata jouluun sopivaksi. Materiaalimaksu 25 € maksetaan opettajalle (käteinen/mobilepay). Työvälineet lainattavissa opettajalta.

710308

Ikebana - kukkien tie, 31 €
Monio, Pirtti F.209
La ja su 21.–22.11.26
Klo 10.00–15.00
Elizabeth Asikainen

Perehdymme japanilaiseen kukkienasettelutaiteeseen, jossa yhdistyvät perinteet ja moderni ilmaisu. Valmistamme asetelmia kukka- ja oksamateriaaleista modernin Sogetsu-koulukunnan opinto-ohjelman mukaan. Saat ideoita luonnon ja puutarhasi kasvien hyödyntämiseen sekä maljakkosi monipuolisempaan käyttöön. Vasta-alkajat tuovat oksasakset ja leikkokukkia (esim. ruusuja 3–5 kpl) sekä muistiinpanovälineet. Muut tarvikkeet, kuten oksat, saat opettajalta. Voit halutessasi ottaa mukaan myös mielimaljakkosi. Pidemmälle ehtineet tuovat oksasakset, kukat, oksamateriaalit ja maljakot. Välineitä on lainattavissa opettajalta.

KOTITALOUS

Ruoanvalmistuskurssit pidetään Rykmentinpuiston koulun kotitalousluokassa KO3, sisäänkäynti A-ovesta. Materiaalit sisältyvät kurssimaksuun. Ota mukaan esiliina, sisäkengät ja rasia mahdollisia kotiin viemisiä varten. Koulu on ulkokengätön koulu. Jätähän ulkojalkineet eteiseen.

810202

Syysadon noutopöytä, 34 €
Rykmentinpuiston koulu, A-ovi
Ma 14.9.2026
Klo 17.00–20.45
KM, KtaO Hanna Fräntilä

Tule herkuttelemaan maukkaalla ja monipuolisella kasvisruoalla. Valmistamme kauden kasviksista keittoja, pääruokia ja lisäkkeitä sekä muutaman jälkiruoan marjoista ja hedelmistä.

810204

Hygieniapassi, 55 €
Katso s. 11.

810206

Ruisleipää juurella leivottuna, 21 €
Rykmentinpuiston koulu, A-ovi
To 24.9.26
Klo 17.00–20.00
Sini Aalto

Tule oppimaan niksejä ruisjuurella leivontaan! Leivomme ruisleipiä ja saat vinkkejä ruisjuurella leivottujen limppujen ja reikäleipien leivontaan kotikeittiössä.

810208

Oktoberfestin herkut, 26 €
Rykmentinpuiston koulu, A-ovi
Ke 7.10.26
Klo 17.00–20.45
KM, KtaO Hanna Fräntilä

Keskieurooppalainen ruoka on tunnettua mm. makkaroista, porsaani- lihasta, kaalista sekä lukuisista ihanista jälkiruoista. Tehdään yhdessä maittava ateriakokonaisuus noutopöytään saksalaiseen tyyliin

810210

Viikonloppubrunssi lasten kanssa, 26 €
Rykmentinpuiston koulu, A-ovi
Ke 4.11.26
Klo 16.30–19.30
Sini Aalto

Tule valmistamaan helppoja ja maukaita brunssiherkkuja lapsen kanssa. Teemme perinteisten brunssiherkkujen lisäksi mm. täytettyjä croissantteja sekä värikkäitä kuppikakkuja näyttävien koristein isänpäivää ajatellen.

Aikuinen ja lapsi-kurssi, katso s. 4.



810212

Maukasta pohjoisafrikkalaista ruokaa, 34 €

Rykmentinpuiston koulu, A-ovi
Ke 25.11.26

Klo 17.00–20.45

KM, KtaO Hanna Fräntilä

Tutustutaan erityisesti Marokon, Egyptin sekä Tunisian ruokakulttuurin maittaviin pääruokiin, lisäksiin sekä muutamaa jälkiruokaa ja leivonnaiseen.

810214

Perinteinen piparitalo, aamupäivä, 33 €

Rykmentinpuiston koulu, A-ovi
La 28.11.26

Klo 9.00–12.45

KM, KtaO Hanna Fräntilä

Valmistamme perinteisillä kaavoilla piparitalon, jonka koristelusta vastaa lapsi. Nyt ei säästellä karkeissa tai koristekuorurutuksissa! Ota mukaan riittävän iso ja laakea tarjotin, jonka päälle piparitalo kootaan ja jonka avulla se on helppo kuljettaa kotiin. Yksi lapsi ja oma aikuinen muodostaa työparin.
Aikuinen ja lapsi-kurssi, katso s. 4.



810216

Perinteinen piparitalo, iltapäivä, 33 €

Rykmentinpuiston koulu, A-ovi
La 28.11.26

Klo 13.15–17.00

KM, KtaO Hanna Fräntilä

Sama sisältö kuin kurssilla 810214.



KÄDENTÄIDOT

TEKSTIILITYÖ

Opiskelijat hankkivat tarvittavat kurssimateriaalit itse, ellei kurssin kohdalla ole muuta mainintaa. Kurssimaksuun sisältyvät kaavamateriaali ja saumurilangat. Opiston käsityöluokan ompelukoneet, saumurit ja peitetikkikone ovat yhteiskäytössä. Halutessasi voit ottaa oman ompelukoneen mukaasi.

110402

Kaikki käyttöön, syksy 42 €

Monio, Salonki B.204

Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–19.4.27

Klo 10.00–13.00

KM, KtyO Elina Parkkamäki

Kaivetaan kaappien kätköistä unohtuneet kangas- ja lankahankinnat sekä keskeneräiset käsityöt. Teemme korjausompelua, neulomme, kirjomme, teemme vanhoista tekstiileistä kokonaan uusia tuotteita ja tehdään kesken jääneet käsityöt valmiiksi. Toiveiden mukaan yhteisiä aiheita.

110404

Vaatteita koko perheelle, syksy 42 €

Monio, Salonki B.204

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 10.00–13.00

KM, KtyO Elina Parkkamäki

Ompelemme vaatteita itselle ja koko perheelle. Hyödynnämme valmis-kaavoja, joita muokkaamme tarpeen mukaan sopiviksi. Opimme ompelun perusasioita ja niksejä. Sopii kaiken tasoille ompelun harrastajille. Jokainen valitsee omat aiheensa ja etenee taitojensa mukaan. Ota mukaan ompelutarvikkeet ja kankaat.

110406

Käsityöilta, syksy 39 €

Monio, Salonki B.204

Ti 22.9.–1.12.26 ja 19.1.–30.3.27

Klo 17.30–20.30

KK, ohjaaja Vilma Virtanen

Työpajatyypinen kurssi, jolla voit itse valita tekemäsi työt. Voit tehdä erilaisia ompelutöitä, vaatteiden korjausta tai vaikka neuloa tai virkata. Saat ohjeita ja ohjausta haluamaasi tekniikkaan tai työhön. Toiveiden mukaan yhteisiä teemoja. Ota mukaan omat käsityötarvikkeesi.

110408

Käsityökeskiviikko, syksy 42 €

Monio, Salonki B.204

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 10.00–13.00

KM, KtyO Elina Parkkamäki

Tutustumme erilaisiin käsityöaiheisiin kurssilaisten toiveiden mukaan. Jokainen valitsee omat projektinsa ja etenee taitojensa mukaan. Voit esim. ommella, neuloa, kirjoa tai tehdä korjausompelua. Ota mukaan käsityötarvikkeesi.

110410

Ilattilkut, syksy 42 €

Monio, Salonki B.204

Ke 2.9.–25.11.26 ja 13.1.–14.4.27

Klo 17.15–20.15

KM, KtyO Jenni Ruusunen

Tule jatkamaan tilkkuompelua tai aloittamaan uusi ompeluharrastus tilkkujen parissa. Opit tilkkutöiden eri tekniikoita sekä pintojen työstämistä valmiiksi tuotteiksi. Ommellaan vapaavalintaisia sekä helppoja että vaativampia tilkkutöitä, joiden

ideointiin ja valintaan pääset itse vaikuttamaan. Voit olla aloittelija tai kokenut harrastaja. Edellytetään kone-ompelun perustaitoja.

110412

Ompelun iltapäivä, syksy 39 €

Monio, Salonki B.204

To 24.9.–3.12.26 ja 28.1.–8.4.27

Klo 13.00–16.00

KM, KtyO Johanna Halonen

Tule ompelemaan vaatteita, asusteita tai kodin tekstiilejä. Voit korjata ja uudistaa vanhoja vaatteita sekä ommella kesken jääneitä töitä valmiiksi. Kertaamme vanhaa ja opimme uutta kurssilaisten työt ja toiveet huomioon ottaen. Käytämme valmiskaavoja, joita tarvittaessa muokataan ja kuositellaan oman vartalon ja mallin mukaisiksi. Ota mukaan ompelutarvikkeet, kankaat sekä idea toteutettavasta työstä.

110414

Vaatteita koko perheelle, syksy 42 €

Monio, Salonki B.204

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 18.00–21.00

KM, KtyO Elina Parkkamäki

Sama sisältö kuin kurssilla 110404.

Opintopistekurssi katso s. 6.



110416

Nypläys, syksy 38 €

Monio, Salonki B.204

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 13.30–16.00

Artesaani Tea Rahkamaa

Pitsinnypläystä vasta-alkajille sekä perustaidot hallitseville. Aloittelijat perehtyvät nypläyksen perustekniikkaan, työväliseisiin ja materiaaleihin. Pidempään nyplän-

neet saavat ohjausta itse valitsemiinsa töihin ja mahdollisuuden opetella erilaisia pitsitekniikoita (esim. nyytingit, kukka-, nauha- ja tyllipitsit). Mukaan nypläysvälineet eli ainakin tyyny tai muu alusta, nypylät, nuppineulat ja lankaa.

110418

Lampunvarjostinkurssi, syksy 28 €

Monio, Salonki B.204

Ma 7.9., 14.9., 21.9., 5.10., 19.10., 2.11., 16.11. ja 30.11.26

Klo 18.00–20.30

Verhoilijamestari Heidi Saastamoinen

Tutustumme perinteiseen lampunvarjostintekniikkaan valmista-malla varjostimia erilaisiin kehikoihin. Kierrätämme vanhoja varjostimia ja tuunaamme niihin uutta ilmettä, vain mielikuvitus rajana. Opettajalta voi hankkia tarvikkeita ja materiaalia. Ota mukaan ompeluvälineet.

110420

Langan lumoissa, syksy 37 €

Monio, Salonki B.204

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 10.00–12.30

KM, KtyO Elina Parkkamäki

Lumoudutaan langoista ja erilaisista lankatekniikoista. Neulomme ja virkaamme ihanimmat huivit, lapaset, sukat, pipot ja laukut. Kokeilemme erilaisia lankatekniikoita ja niiden sovelluksia kurssilaisten toiveiden ja tarpeiden mukaan. Ideoimme aiheet yhdessä ensimmäisellä kerralla. Ensimmäiselle kerralle mukaan lankaa ja virkkuukoukku.

110422

Kahvipusseista punoen, 39 €

Monio, Salonki B.204

Ma 14.9., 21.9., 5.10., 19.10., 2.11., 9.11. ja 16.11.26

Klo 13.30–16.00

Ohjaaja Taina Mahkonen

Punomme kahvipusseista pieniä helppoja käyttöesineitä, kuten pikkukoreja ja kauppakasseja punonnan perustekniikoilla. Sopii aloittelijoille ja aiemmin harrastaneille. Kerää paljon kahvipusseja, älä avaa takasaumaa. Pese pussit miedossa tiskivedessä, huuhtelee ja anna kuivua. Opettajalta voi myös saada tavallisimpia kahvipusseja.

LYHYTKURSSIT

Opiskelijat hankkivat kurssilla tarvittavat materiaalit itse, ellei kurssin kohdalla ole muuta mainintaa. Kurssilla tarvittavat materiaalit ja tarvikkeet on mainittu kurssin yhteydessä tai tiedon niistä saa Opiston nettisivuilta ja Opiston toimistosta.

110424

Neulesilmukat, 35 €

Monio, Tupa E.216

Ma 28.9., 5.10., 26.10., 9.11., 23.11. ja 7.12.26

Klo 18.00–20.15

Ohjaaja Heli Väistö

Tule opettelemaan uusia neuletekniikoita tai harjaannuta vanhoja taitoja. Voit olla vasta-alkaja tai kokenut neuloja. Opettelemme neulomaan esim. sukkaa ihan alusta alkaen tai jotain vaativampaa neuletta. Kurssin sisältö suunnitellaan yhdessä osallistujien kanssa.

110426

Kangaslaukut ja -kassit 1, 34 €

Monio, Salonki B.204

Ti 8.9.26 klo 17.30–20.00

La ja su 19.–20.9.26

Klo 10.00–16.00

KM, KtyO Elina Parkkamäki

Ompelemme erilaisia kangaslaukkuja ja kasseja. Opimme mm. vetoketjun, hihnojen ja erilaisten sisätaskujen ompelun sekä laukun vuorittamisen. Ensimmäisellä kerralla saat tietoa tarvittavista materiaaleista ja piirrämmme kaavat, joten läsnäolo on välttämätön.

110428

Kangaslaukut ja -kassit 2, 34 €

Monio, Salonki B.204

Ma 28.9.26 klo 17.30–20.00

La ja su 10.–11.10.26

Klo 10.00–16.00

KM, KtyO Elina Parkkamäki

Sama sisältö kuin kurssilla 110426.



110430**Kehyskukkarot, 28 €****Monio, Salonki B.204****Pe 11.9.26 klo 17.30–20.30****La 12.9.26 klo 10.00–16.00****KK, ohjaaja Vilma Virtanen**

Valmistamme kukkaroita ja pikku-laukkuja liimattavilla kehyksillä. Opit piirtämään kaavat erilaisiin kehyksiin ja valmistamaan niihin pussukat haluamistasi kankaista. Infokirje tarvikkeista löytyy Opiston nettisivuilta ja saat sen myös toimistosta.

110432**Saippuakurssi, 16 €****Monio, Salonki B.203****Ti 15.9.26****Klo 17.30–20.30****Ohjaaja Sirpa Riihentausta**

Teemme saippuaa valmiista saippuamassasta, jota on helppo sulattaa mikrossa ja joka jähmettyy nopeasti. Massaan voi lisätä eteeristä öljyä tai tuoksuöljyä, saippuaväriä, kuivattuja kukkia, hunajaa, kaurahiutaleita tai mausteita kuten kanelia tai kahvia. Saippuamuotiksi käy leivos-, silikonitai metallinen muotti. Voit tuoda omat askarteluun tarkoitetut muotit, tai lainata niitä opettajalta. Opit myös, miten saippuan voi pakata nätisti lahjaksi. Materiaalimaksu 12 € maksetaan opettajalle (käteinen/MobilePay).

110434**Ompele housut, 32 €****Monio, Salonki B.204****Pe 18.9.26 klo 17.30–20.30****La ja su 26.–27.9.26****Klo 10.00–15.00****KM, KtyO Johanna Halonen**

Käymme läpi housujen eri yksityiskohtien kuten vetoketjuhalkion, erilaisten taskujen ja vyötärörakenteen valmistusta sekä housujen

mallin muuttamista oman suunnitelman mukaiseksi. Kaavana voi käyttää joko valmista (esim. lehdestä otettua kaavaa) tai omien mittojen mukaan tehtyä kaavaa. Edellytetään perusompelutaitoja.

110436**Laukku- ja reppukoruja solmeilen – koululaisten kurssi, 19 €****Monio, Pirtti F.209****La 19.9.26****Klo 10.00–15.00****Artenomi AMK Aini Julkunen**

Valmistamme hauskoja roikkuvia reppukoruja muutamaa makrameetekniikan perussolmua hyödyntäen. Voit tehdä hahmoja, korentoja tai tupsuja. Solmut opittuasi voit tehdä myös rannekoruja. Kurssi on tarkoitettu 9–15-vuotiaille koululaisille. Materiaalit sisältyvät kurssimaksuun.

110438**Koiranvaatteita, 31 €****Monio, Salonki B.204****Pe 25.9.26, klo 17.30–19.45****Pe 2.10.26, klo 17.30–20.30****La 3.10.26 klo 10.00–16.00****KM, KtyO Johanna Halonen**

Voit valmistaa haluamasi koiranvaatteen joko olemassa olevan vaatteen pohjalta tai kaavan mukaan. Ensimmäisellä kerralla käymme läpi tarvittavia mittoja, kaavoja ja materiaaleja, suunnittelemme tulevaa työtä ja aloitamme kaavan piirtämisen. Vaatteiden sovitus koiralle tehdään itsenäisesti kotona kurssikertojen välissä. Edellytetään perusompelutaitoja.

110440**Syksyinen kynttiläpaja, 17 €****Monio, Salonki B.203****Su 4.10.26****Klo 10.00–15.00****Ohjaaja Sirpa Riihentausta**

Valmistamme kynttilöitä soijavahasta ja parafiiniseoksesta. Vesihautteessa sulatetun kynttilämangan voit halutessasi värjätä ja lisätä kynttilöihin eteeristä öljyä tuomaan tuoksua. Kynttilöitä on mahdollista koristella. Opimme pakkaamaan kynttilät kauniiksi lahjaksi sekä koristelemaan tulitikurasioita. Materiaalimaksu 20 € maksetaan opettajalle (käteinen/MobilePay).

110442**Jouluinen kynttiläpaja, 17 €****Monio, Salonki B.203****La 7.11.26****Klo 10.00–15.00****Ohjaaja Sirpa Riihentausta**

Luomme kynttilöihin jouluista tunnelmaa. Muuten sama sisältö kuin kurssilla 110440.

110444**Mosaiikin mahdollisuudet, 34 €****Monio, Riihi A.205****Ma 21.9.26 klo 17.00–18.30****(Kammari D.204)****La ja su 3.–4.10.26 klo 10.00–15.00****La 10.10.26 klo 10.00–12.00****Mosaiikkitaiteilija Leena Nio**

Teemme erilaisia mosaiikitöitä kurssilaisten toiveiden mukaan. Mosaiikilla voi koristaa esim. pannunalusen, styroksipallon, peilin reunan, tarjottimen, ruukun, kiven tai pienen pöydän pinnan. Opimme suoran kiinnitystekniikan, käymme läpi erilaiset pohjat sekä kiinnitysaineet. Suunnitteluillassa tutustumme erilaisiin mallitöihin, materiaaleihin, työkaluihin sekä

suunnittelemme valmistettavat työt. Materiaaleja voi tuoda itse mukana tai tilata opettajan kautta. Työkaluja saa lainata opettajalta.

110446**Mosaiikin mahdollisuudet, Kellokoski, 34 €****Kellotupa****Pe 9.10.26 klo 17.00–18.30****La ja su 24.–25.10.26****Klo 10.00–15.00****Su 1.11.26 klo 10.00–12.00****Mosaiikkitaiteilija Leena Nio**

Sama sisältö kuin kurssilla 110444.

110450**Makramee-solmeilua, Kellokoski, 31 €****Kellotupa****Ke 30.9.26 klo 17.30–20.00****La ja su 10.–11.10.26****Klo 10.00–15.00****Artenomi AMK Aini Julkunen**

Sopii aloittelijoille ja solmeilua ja harrastaneille. Ensimmäisellä kerralla käymme läpi toiveita toteutettavista solmeilutöistä, harjoittelemme ja palauttelemme mieleen makrameen perussolmujen solmeilua. Saat vinkkejä materiaalien hankintaan varsinaista kurssiviikonloppua ja solmeilutöiden valmistusta varten. Infokirje tarvikkeista on ennen kurssia Opiston nettisivuilla ja saatavana toimistosta.

110452**Nahkakantinen muistikirja, 31 €**

Monio, Kammari D.200

La 10.10.26 klo 11.00–12.30

La ja su 24.–25.10.26

Klo 11.00–16.15

Opettaja Sointu Huvinen

Tule kokeilemaan nahkakantisen muistikirjan sitomista! Tee muistikirja, albumi tai vaikka luonnoskirja, jonka sivut ommellaan suoraan kiinni nahkasiin kansiin. Menetelmä on helppo, eikä vaadi aiempaa kirjansidontaosaamista. Värjäämme kansiin käytettävät nahat, ja voit halutessasi kokeilla nahan kaivertamista. Selkäompeleissa on paljon tilaa luovuudelle, ja ne muodostavat kauniit koristeet kirjaasi. Opettaja lähettää sähköpostilla listan tarvittavista materiaaleista ennen kurssin alkua.

110454**Ommellaan kylpytakki, 32 €**

Monio, Salonki B.204

Pe 23.10.26

Klo 17.30–20.30

La ja su 31.10.–1.11.26

Klo 10.00–15.00

KK, ohjaaja Vilma Virtanen

Tule ompelemaan kylpytakki, saunatakki, aamutakki tai kimono! Voit myös valmistaa muita saunatekstiilejä, kuten huppupyyhkeen, laudeliinan tai pyyheturbaanin. Käytämme valmiskaavoja, joita muokataan tarvittaessa. Ensimmäisellä kerralla katsomme kaavat valmiiksi ja selvitämme kangasmenekin. Viikonloppuna ompelemme tuotteet valmiiksi. Opiston kaavalehdet ovat käytössäsi, mutta voit myös tuoda oman kaavan.

110456**Ompelupäivä 1, 18 €**

Monio, Salonki, B.204

Pe 23.10.26

Klo 10.00–16.00

KM, KtyO Johanna Halonen

Ompelupäivään voit tulla viimeistelemään kesken jääneitä töitä, korjaamaan tai kunnostamaan vaatteita tai aloittamaan uuden ompelutyön. Ota mukaan työhösi tarvittavat materiaalit, mahdolliset kaavat ja ompelutarvikkeet.

110458**Ompelupäivä 2, 18 €**

Monio, Salonki, B.204

La 12.12.26

Klo 10.00–16.00

KM, KtyO Johanna Halonen

Sama sisältö kuin kurssilla 110456.

110460**Hopeaketjukurssi, 40 €**

Monio, Riihi A.205

La ja su 24.–25.10.26

Klo 10.00–16.30

Ohjaaja Arto Vuorenmaa

Opettelemme valmistamaan viikinki-aikaisia lenkkiketjuja. Kurssi sopii sekä aloittelijoille että hopeatöitä aiemmin tehneille. Opettelemme alusta alkaen kaikki työvaiheet (lenkkien teko ja niiden punonta ketjuksi). Kurssilla ei tehdä juotoksia. Materiaalit voi hankkia opettajalta. Ota mukaan kahdet siteäleukaiset lattapihdit, jos sinulla on.

110462**Baby Born -nukenvaatteet, 32 €**

Monio, Salonki B.204

Pe 6.11.26

Klo 17.30–20.30

La ja su 14.–15.11.26

Klo 10.00–15.00

KM, KtyO Johanna Halonen

Tule ompelemaan nukenvaatteita pukinkonttiin tai muuten vaan leikkeihin! Voit ommella vaatteita perinteiselle Baby Born -nukelle, Baby Born little -nukelle tai Baby Born taapero -nukelle. Kaavat käyvät myös Baby Annabell -nukelle. Nukenvaatekaavoissa on huomioitu helppo puettavuus. Opettajalla on kaavojen lisäksi mukana mallivaatteet ja nuket sovittamista varten, mutta voit ottaa oman nuken ja kaavoja mukaan. Ensimmäisellä kerralla saat tietoa materiaaleista ja tarvittavista ompelutarvikkeista.

110464**Parsi ja paikkaa neuleita****näkyvästi, 18 €**

Monio, Salonki B.204

La 7.11.26

Klo 10.00–16.00

KM, KtyO Anni Vainio

Tutustumme erilaisiin neuleiden parsimis- ja paikkaustekniikoihin. Voit parsia ja paikata reikäisiä sukkia ja lapasia kuin koinsyömiä villapaitoja ja kuluneita hihansuitakin. Ota mukaan paikattavat tekstiilit, lankoja paikkaamiseen sekä silmäneuloja.

110466**Selkeitä himmeleitä paperipilleistä, 19 €**

Monio, Kammari D.204

Ma 9.11. ja 16.11.26

Klo 17.30–20.30

Artenomi AMK Aini Julkunen

Käytämme valmiita paperipillejä ja opettelemme himmelipillien tekemistä myös itse. Pillien tekemiseen voit hyödyntää vanhoja retkikarttoja, kuvakalenterien ja kirjojen sivuja tai aikakausilehtiä. Rakennamme pilleistä himmelin peruskuutioita ja niiden variaatioita, joista voi koota nauhamaisia himmelimobileita tai isomman himmelin. Infokirje tarvittavista materiaaleista löytyy opiston nettisivuilta lähempänä kurssia ja saat sen myös toimistosta.

110468**Vetoketjupussukat, 29 €**

Monio, Salonki B.204

La ja su 21.–22.11.26

Klo 10.00–15.00

KM, KtyO Elina Parkkamäki

Ompelemme erilaisia vetoketjupussukoita, opimme vetoketjun ompelua ja pussukan vuorittamista. Ohjeita on monenlaisiin malleihin, joista voit valita mieluisan. Pussukat sopivat esim. meikeille, kynille, lääkkeille sekä neule- ja ompelutarvikkeille. Infokirje tarvittavista materiaaleista löytyy opiston nettisivuilta ja saat sen myös toimistosta.

110470

Paikkaa ommeltu vaate näkyvästi, 30 €

Monio, Salonki B.204

La ja su 28.–29.11.26

Klo 10.00–15.00

KM, KtyO Anni Vainio

Tutustumme vaatteiden paikkaamista-poihin ja harjoittelempa paikkaamista. Vaatteita voi paikata joko käsin tai koneella ommellen. Voit korjata myös ratkenneita saumoja, repsottavan vuorin tai muita kuluneita tekstiileitä.

110472

Joulupaja, 13 €/aikuinen ja alle kouluikäinen lapsi

Monio, Tupa F.209

La 5.12.26

Klo 9.45–12.00

Artenomi AMK Aini Julkunen

Joulupaja on tarkoitettu lapsille yhdessä aikuisen kanssa. Pajan ohjelmassa on lasten ikätasoon sopivia jouluisia aiheita, joista voi valita oman mielenkiinnon mukaan yhden tai useamman puuhan. **Aikuinen ja lapsi-kurssi, katso s. 4.**

110474

Joulupaja, 15 €/aikuinen ja kouluikäinen lapsi

Monio, Tupa F.209

La 5.12.26

Klo 13.00–16.00

Artenomi AMK Aini Julkunen

Sama sisältö kuin kurssilla 110472.

TEKNINEN TYÖ

Teknisen käsityön kurssien alaikäraja on 16 vuotta. Opiskelijat hankkivat itse töihinsä tarvittavat materiaalit. Koulujen koneilla saa työstää vain puhdasta puutavaraa. Opiskelija on velvollinen korvaamaan työstökoneiden vauriot, jos ne aiheutuvat ohjeiden vastaisesta käytöstä. Puu- ja metallityön kurssit sopivat niin aloittelijoille kuin kokeneemmille harrastajille. Voit osallistua vain yhdelle puu- ja metallityökurssille.

110476

Puu- ja metallityö, syksy 38 €

Kellokosken koulu, A6-ovi

Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27

Klo 18.00–20.30

Tekn. työn opettaja Miikka Lepistö

110478

Puu- ja metallityö, syksy 42 €

Rykmentinpuiston koulu, TN2

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 16.00–19.00

Tekn. työn opettaja Timo Aro

110480

Puu- ja metallityö, syksy 42 €

Rykmentinpuiston koulu, TN2

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 16.00–19.00

Tekn. työn opettaja Timo Aro

110482

Huonekalujen kunnostus, syksy 38 €

Hyrylän koulukeskus

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 18.00–20.30

Tekn. työn opettaja Miikka Lepistö

Opiskellaan pintakäsittelyn perusasiat ja tehdään pienehköjä korjaustöitä. Ota kunnostettava huonekalu ja sikli mukaasi jo ensimmäiselle kerralle. Ei mahdollisuutta verhoiluun.

110484

Soitinrakennus, syksy 42 €

Rykmentinpuiston koulu, TN2

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–15.4.27

Klo 18.00–21.00

AmO, puuseppä Erkki Ruokonen

Opiskelemme näppäiltävien kieli-soitinten valmistusta. Opiskelija voi tehdä kiinnostuksensa ja taitojensa mukaan esimerkiksi kanteleen, akustisen- tai sähkökitaran, ukulelen, mandoliinin jne. Kurssilla on mahdollista korjata vanhoja kielisoittimia. **Opintopistekurssi, katso s. 6.**



110486

Vanhojen ikkunoiden kunnostus, 55 €

Hyrylän koulukeskus

La ja su 19.–20.9. ja 26.–27.9.26

Klo 10.00–16.00

Restauroija, puuseppä

Birgitta Kulmala

Saat laajan tietopaketin ja perustaidot perinteisestä vanhojen ikkunoiden kunnostamisesta, entisöinnistä ja pokien ja karmien puupaikkauksista. Saat parhaimman opin, kun otat mukaan kohtuukuntoisen ja -kokoisen ikkunan, jonka ehdit entisöimään alusta loppuun. Saat sähköpostiisi infokirjeen, jossa lisätietoa mm. tarvikkeista. Opettaja kerää 10 € materiaalimaksun.

110488

Nykytekniikka tutuksi, 45 €

Rykmentinpuiston koulu, TN2

Ma 19.10.–23.11.26

Klo 18.00–21.00

AmO, puuseppä Erkki Ruokonen

Tutustumme 3D -tulostukseen, laser-kaiverukseen ja -leikkaukseen sekä CNC-jyrsinkoneen käyttöön teorialla ja käytännössä. Valmistamme tietokoneella suunnitelluista CAD-malleista erilaisia pienehköjä esineitä. Tutustumme myös mallinnustyöhön. Nykytekniikkaa hyödyntämällä voidaan valmistaa edullisesti vaikkapa varaosia koneisiin ja laitteisiin, tehdä malleja ja jigejä esim. kalusteiden tai soittimen valmistamiseksi tai tulostaa kolmiulotteisia esineitä haluttuun tarkoitukseen.

LIIKUNTA

KUNTOLIIKUNTA

Tunnit koostuvat alkuverryttelystä, sykkeenkohotusjaksosta, lihaskuntoharjoittelusta ja loppuvenyttelystä. Ota mukaan sisäliikuntavarusteet, pyyhe, juomapullo ja jumppa-alusta.

830102 **Kahvakuula + venyttely, syksy 50 €**

Uimahallin alakerta
Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27
Klo 9.30–11.00
Ohjaaja Aino Matara-aho
Uimahallin kahvakuulat ovat opiskelijoiden käytössä.

830104 **HIIT + venyttely, syksy 45 €**

Pajalan koulu
Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27
Klo 18.00–19.15
Ohjaaja Rina Knape
Tehokas hapenottokykyä ja lihasvoimaa kohottava intervallitreeni kehonpainolla. Ota mukaan jumppakuminauha, mikäli sinulla sellainen on.

830106 **Kahvakuula + venyttely, syksy 45 €**

Pajalan koulu
Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27
Klo 19.15–20.30
Ohjaaja Rina Knape
Ota kahvakuula mukaan, tai mieluiten kaksi.



830108 **Kuntojumppa, syksy 40 €**

Riihikallion koulu, vanha liikuntasali
Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27
Klo 18.00–19.00
Ohjaaja Rina Knape
Reipas ja monipuolinen tunti, joka ei sisällä haastavia askelsarjoja. Ota mukaan kevyt jumppakuminauha, mikäli sinulla sellainen on.

830110 **Miesten kahvakuula, syksy 45 €**

Riihikallion koulu, vanha liikuntasali
Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27
Klo 19.00–20.15
Ohjaaja Rina Knape
Lihaskuntotunti, jossa helpot ja tehokkaat liikesarjat kaikenkuntoisille. Kahvakuula (8–12 kg) mukaan.

830112 **HIIT + venyttely, syksy 45 €**

Vaunukankaan koulu, D-ovi
Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27
Klo 18.00–19.15
Ohjaaja Rina Knape
Tehokas hapenottokykyä ja lihasvoimaa kohottava intervallitreeni kehonpainolla. Ota mukaan jumppakuminauha, mikäli sinulla on.

830114 **Kahvakuula + venyttely, syksy 45 €**

Vaunukankaan koulu, D-ovi
Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27
Klo 19.15–20.30
Ohjaaja Rina Knape
Kahvakuula mukaan, tai mieluiten kaksi.

830116 **Keskivartalon treeniä ja kehonhuoltoa etänä, syksy 40 €**

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27
Klo 18.00–19.00
Ohjaaja Roosa Kohvakka **Etäkurssi**
Ohjeet etäopiskeluun s. 18.

830118 **Kehonhuoltoa ja tasapainoa senioreille, syksy 45 €**

Uimahallin alakerta
To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27
Klo 13.10–14.25
Liikunnanohjaaja Merja Kataja
Vartalon syviä lihaksia vahvistava hidastempoinen tunti, jossa ydinkohtina ovat vartalon hallinta, tasapaino ja liikkuvuus. Kurssi on tarkoitettu pääsääntöisesti senioreille, mutta muutkin ovat tervetulleita tunnille.

830120 **Kuntoliikuntaa 60+, syksy 45 €**

Uimahallin alakerta
To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27
Klo 14.35–15.50
Liikunnanohjaaja Merja Kataja
Vaihtuvateemaisessa yli 60-vuotiaille suunnatussa ryhmässä pyrimme harjoittamaan lihasvoimaa ja -kestävyyttä ja tasapainoa sekä ylläpitämään nivelten liikeratoja eri liikuntavälineitä monipuolisesti käyttäen. Lopuksi venyttelyt.

830122 **Tehojumppa, syksy 40 €**

Rykmentinpuiston koulu, P-ovi
To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–15.4.27 (ei 25.3.)
Klo 18.05–19.05
Liikunnanohjaaja Antti Greijus
Reipas ja monipuolinen tunti, joka ei sisällä haastavia askelsarjoja.

830124 **Miesten kuntojumppa, syksy 40 €**

Rykmentinpuiston koulu, P-ovi
To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–15.4.27
Klo 19.10–20.10
Liikunnanohjaaja Antti Greijus
Tukilihasten vahvistamista, kehon liikkuvuuden lisäämistä ja tasapainon kehittämistä.

830126**Disco aerobic, 18 €**

Uimahallin alakerta

Su 8.11.–29.11.26

Klo 15.00–16.00

Tanssinopettaja Laura Pietiläinen

Teemme aikamatkan 80-luvun aerobiciin pilke silmäkulmassa.

Vauhdikas tunti kasarihittien tahdissa Jane Fondan ja kumppanien liikkeistä innostuen. Tunti sisältää sekä hikeä että venyttelyä. Tunneilla voi olla sisälennkareilla tai paljain jaloin.

JOOGA

Joogatuntien perustana on hathajooga. Tunneilla keskitymme oman kehon hyvinvointiin, lihaskuntoon ja rentoutumiseen erilaisia asanoita ja niiden variaatioita hyödyntäen. Tavoitteena on hyvä olo, voimakkaampi ja energisempi minä sekä rentoutunut ja hyvä mieli. Ota mukaan lämmin vaatetus, jumppa-alusta ja juomapullo.

830128**Tuolijooga, syksy 45 €**

Uimahallin alakerta

Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27

Klo 11.15–12.15

Joogaopettaja SJL® Maija Keinänen

Virkistävää ja rentouttavaa joogaa sinulle, jolle tuolin tuki on tarpeen tasapainon tai muun syyn takia tai jolle joogamatolle laskeutuminen ja matolta nouseminen tuottaa vaikeuksia. Kaikille suunnattua joogaa (SJL®), joka elävöittää kehoa, vahvistaa lihaksia ja rauhoittaa mieltä. Sopii hyvin myös liikuntarajoitteisille.

830130**Lempeä hathajooga & gongirentoutus, syksy 66 €**

Roinilan päiväkot

Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27

Klo 18.00–19.30

Joogaopettaja, NLP practitioner Sanna Martikainen

Lempeää ja rauhallista joogaa. Harjoittelemmme liikkeen ja hengityksen samanaikaisuutta omaa kehoa kuunnellen. Voit säädellä harjoituksen tempo omien tarpeidesi mukaan. Loppurentoutus toteutetaan syvärentouttavan gongin äänivärähtelyissä. Sopii kaiken ikäisille ja kuntoisille liikkujille, aiempaa joogakokemusta ei tarvita. Mukaan joustavat vaatteet, lämpimät sukat, joogablokit, -alusta ja viltti.

830132**Hathajooga, syksy 66 €**

Uimahallin alakerta

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 18.20–19.50

Joogaopettaja SJL® , joogaterapeutti Maija Keinänen

Joogaa perusteista alkaen. Sopii aloittelijoille ja aiemmin jooganneille. Rauhallisen rytmin harjoitus omaa kehoa kuunnellen ja liikkeet sille sovittaen.

Opintopistekurssi, katso s. 6.**830134****Seasonal Yin jooga , syksy 66 €**

Roinilan päiväkot

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 19.00–20.30

Joogaopettaja Marja-Leena Ahonen

Olemme osa luontoa, vuodenaikojen rytmi ja energia voi vaikuttaa meihin. Lihaksia rentouttava ja ns. energialinjoja eli meridiaaneja avaava joogaharjoitus tukee kehon ja mielen tasapainoa ja palautumista. Rentoutta ja tietoista läsnäoloa täydennetään hengitys-, meditaatio- ja jooganidraharjoituksilla. Mukaan tarvitet alustan lisäksi viltin, joogatiilet ja joogatyynyn eli bolsterin.

830136**Hathajooga, syksy 66 €**

Nahkelan koulu

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 19.00–20.30

Joogaopettaja Eija Laitinen

Harjoituksen perustana ovat keskityneesti tehdyt fyysiset liikkeet ja tietoisuus hengityksestä. Sopii myös vasta-alkajille.

830138**Seasonal Yin jooga, syksy 66 €**

Mikkolan koulu, B 7

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 19.00–20.30

Joogaopettaja Marja-Leena Ahonen

Sama sisältö kuin kurssilla 830134.

830140**Lempeää hathajoogaa, syksy 66 €**

Uimahallin alakerta

Pe 11.9.–4.12.26 ja 15.1.–16.4.27

Klo 9.30–11.00

Joogaopettaja Eija Laitinen

Rauhallisia joogaliikkeitä omaa hengitystä ja kehoa kuunnellen. Sopii kaikenkuntoisille, aikaisempaa kokemusta ei tarvita.

830142**Hatha ja Yin -jooga, syksy 45 €**

Tuusulanjärven koulu, G-ovi

Su 6.9.–29.11.26 ja 17.1.–18.4.27

Klo 18.20–19.20

Joogaohjaaja Sofia Korhonen

Lempeät ja oman kunnan mukaan tehdyt jooga-asanat voivat virkistää kehoa! Hathajooga koostuu sarjasta lempeitä liikkeitä ja venyttelyjä, joissa hengitys sovitetaan yhteen liikkeiden ja asentojen kanssa.



Yin-jooga on rauhallinen, funktionaalinen, meditatiivinen ja lempeä lattiaharjoitus. Ota mukaan joogatiilet, jos sinulla on.

830144

Kasvojooga, 20 €

Vaunukankaan koulu, D-ovi

Ke 9.9.–7.10.26

Klo 17.00–18.00

Ohjaaja Rina Knappe

Rentoutamme kasvojen ylityöskenteleviä lihaksia ja vahvistamme ilmeeseen ja oloon positiivisesti vaikuttavia lihaksia. Harjoittelulla voidaan aidosti muokata kasvojen ulkonäköä, vapauttaa erityisesti leuan ja otsan alueen kireyksiä ja saavuttaa kasvoille hyvä olo. Harjoitus tehdään istuen ja liikkeet keskittyvät kasvojen pieniin lihaksiin. Ota mukaan mukavat lämpimät vaatteet, muistiinpanovälineet, pieni peili ja pieni lusikka.

830146

Uudistava tietoisuuden joogaworkshop, 10 €

Nahkelan koulu

Su 20.9.26

Klo 10.00–12.00

Joogaopettaja Ulla Mersinlin

Tämä sielukas kokoontuminen yhdistää tietoisuuden joogaa, ääniväriä, hengitystyöskentelyä, meditaatiota ja hiljentymistä. Sopii parhaiten kundaliinijoogaa harrastaneille.

830148

Kundaliinijooga, 20 €

Uimahallin alakerta

Su 8.11.–29.11.26

Klo 16.15–17.30

Joogaopettaja Laura Pietiläinen

Harjoituskokonaisuudet vaihtuvat joka kerta ja niissä on jokin teema, jonka äärellä ne tehdään. Tunnit sisältävät joogaharjoituksen, rentoutuksen ja meditaation.

PILATES

Pilates on harjoitusmenetelmä, joka perustuu kehon keskustan hallintaan, jossa tavoitteena on kehittää voimaa, kestävyyttä ja liikkuvuutta. Harjoittelun avulla opitaan käyttämään lihaksia ja niveliä tasapainoisesti, jolloin liian aktiiviset lihakset rentoutuvat ja keskivartalon syvät, ryhtiä tukevat lihakset vahvistuvat. Pilates-tuntien tempo on rauhallinen ja se sopii kaikenikäisille ja -kuntoisille. Varusteina tunneille lämmin vaatetus, jumppa-alusta ja juomapullo.

830150

Pilates alkeet, syksy 86 €

Vaunukankaan koulu, D-ovi

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 17.30–18.30

Pilates-ohjaaja Suvi Rinne

830152

Pilates alkeiden jatko, syksy 86 €

Vaunukankaan koulu, D-ovi

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 18.35–19.35

Pilates-ohjaaja Suvi Rinne

830154

Pilates jatko, syksy 86 €

Vaunukankaan koulu, D-ovi

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 19.40–20.40

Pilates-ohjaaja Suvi Rinne

830156

Pilates/kehonhuolto, syksy 69 €

Tekova Areena, ryhmäliikuntatila

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 13.30–14.30

Pilates-ohjaaja Kirsi Kovacs

Aktivoinnemme vatsa- ja selkäl lihaksia tehokkaasti ja turvallisesti. Lopussa venyttelyt. Tunti sopii myös ylipainon ja raskauksien aiheuttamalle vatsalihasten erkaumalle.

830158

Pilates, syksy 69 €

Tekova Areena, ryhmäliikuntatila

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 14.45–15.45

Pilates-ohjaaja Kirsi Kovacs

Sopii aloittelijoille ja jo pidempään harrastaneille.

830160

Pilates, syksy 86 €

Kellokosken koulu, Woimasali, B3

La 29.8.–28.11.26 (ei 31.10.) ja

16.1.–17.4.27

Klo 10.00–11.00

Pilates-ohjaaja Pauliina Teerioja

Sopii aloittelijoille ja jo pidempään harrastaneille.

TANSSI

Ota kursseille sisäliikuntajalkineet, rennot vaatteet ja juomapullo.

830162

Burlesque-tanssi, 35 €

Uimahallin alakerta

Ma 7.9.–26.10.26

Klo 18.15–19.45

Tanssiohjaaja Maarika Ingalsuo

Tanssillista liikuntaa pilke silmäkulmassa ja hymy huulilla. Opettelemme helpohkoja tanssikoreografioita eri tyylein ja välinein. Mahdollisuus osallistua oppilasnäytökseen. Sopii aloittelijoille ja pidempään tanssia harrastaneille.

830164

Itämainen vatsatanssi, 35 €

Uimahallin alakerta

Ma 2.11.–14.12.26

Klo 18.15–19.45

Tanssiohjaaja Maarika Ingalsuo

Tanssillista, pehmeää liikuntaa itämaiseen musiikkiin. Opettelemme helpohkoja tanssikoreografioita eri tyylein ja välinein. Mahdollisuus osallistua oppilasnäytökseen. Sopii aloittelijoille ja jo pidempään tanssia harrastaneille.

830166

Dance Mix, syksy 40 €

Keuda, Kirkkotie 31, B-ovi

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 17.00–18.00

Tanssinopettaja Tiina Ranta

Tanssillinen tunti, lajeina mm. chacha, rumba, jazz, salsa, blues, bachata, argentiinalainen tango, samba, mitä ikinä keksimmekään. Kaikenikäisille ja kaikenkuntoisille, aiempaa tanssikokemusta ei tarvita eikä paria. Mukaan tanssitossut tai sukat.

830168
Sambic® – Tanssiliikuntaa
brasilialaisin rytmein,
alkeistaso, syksy 55 €

Nahkelan koulu

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 18.00–19.00

Tanssinohjaajat Kirsi Lindroos tai
Taina Kanerva

Sambic® on tanssiliikuntaa, jossa on parhaat palat vauhdikkaista brasilialaisista tansseista. Ensikertalaisillekin sopivilla ja monipuolisilla tunneillamme tutustut mm. samban, samba-reggaen, axé-tanssien ja afrobrasilialaisten tanssien maailmaan helppojen askelten ja askelyhdistelmien ja lyhyiden tanssien kautta.

830170
Fusku & bugg, syksy 45 €

Keuda, Kirkkotie 31, B-ovi

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 18.05–19.20

Tanssinopettaja Tiina Ranta

Fusku ja bugg ovat monipuolisia ja hauskoja avoimessa otteessa tansittavia vapaasti vietyjä rock ja swing-tansseja. Niitä voi tanssia rock 'n' rollista iskelmään ja pop-kappaleisiin, joten ne sopivat sekä aloittelijoille että kokeneille tanssijoille. Ota mukaan kengät, joilla on helppo liikkua, ja juomapullo.

830172
Salsa & tango, syksy 45 €

Keuda, Kirkkotie 31, B-ovi

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 19.25–20.40

Tanssinopettaja Tiina Ranta

Keskitymme yhden kauden ajan vain yhteen paritanssilajiin, joten opit lajin perusteet hyvin. Syyskaudella tanssitaan (kuubalaistyylistä) salsaa.

Se on iloinen ja monipuolinen avoimen otteen vapaasti viety tanssi, jota tanssitaan ympäri maailman. Kevätkaudella tanssitaan suomalaista tangoa. Ilmoittaudu mieluiten parin kanssa, tai tule ensimmäisellä kerralla katsomaan löytyisikö pari. Ota mukaan kengät, joilla on helppo liikkua, ja juomapullo.

830174
Memodance, syksy 40 €

Tekova Areena, ryhmäliikuntatila

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 10.00–11.00

Tanssiohjaaja Heli Bollström

Memodance® sopii kaikille, jotka haluavat ylläpitää aivo- ja muistiterveyttään. Aiempaa tanssi- tai liikuntataustaa ei tarvita, sillä se sopii kaiken ikäisille ja kuntoisille. Tunnit koostuvat erilaisista tanssi- ja logiikka-liikuntaharjoitteista, joilla vahvistetaan huomio- ja päättelykykyä tanssiliikunnan keinoin. Memodancen® parissa jokainen voi päästä nauttimaan tanssista ja musiikista turvallisessa ja kannustavassa ilmapiirissä.

Opintotietokurssi, katso s. 6

830176
Senioreiden kuntotanssi,
syksy 40 €

Tekova Areena, ryhmäliikuntatila

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 11.00–12.00

Tanssiohjaaja Heli Bollström

Tunnilla liikutaan monipuolisesti erilaisten musiikkirytmien tahdisa. Tunti on helppo, mutta tehokas liikuntamuoto, joka yhdistää helpot tanssilliset askelkuviot ja kevyen jumpan parhaat puolet. Kuntotanssit tehdään yksin ja jokainen saa liikua omalla tyylillään. Aikaisempaa tanssikokemusta ei tarvita ja mukaan

voi tulla matalalla kynnyksellä. Tavoitteena on nauttia musiikista, pysyä liikkeessä ja saada hyvää, iloista hikoilua. Tunnin lopussa tehdään lyhyet, lempeät venyttelyt.
Opintotietokurssi, katso s. 6

830178
Sambic® Tanssiliikuntaa
brasilialaisin rytmein, perus-
keskitaso, syksy 61 €

Nahkelan koulu

Ke 9.9.–2.12.26 ja 13.1.–7.4.27

Klo 17.45–19.00

Sambic-ohjaaja Taina Kanerva

Sambic®-tanssiliikunta vie sinut brasilialaisten tanssien ja rytmien maailmaan! Opettelemme brasilialaisten tanssien liikkeiden ja askelyhdistelmien lisäksi tanssikoreografioita ja samban tekniikkaa. Sopii jotain tanssiliikuntaa harrastaneille. Alkeistasoa tanssillisempi tunti.

830180
Lavatanssia parin kanssa,
perustaso, syksy 55 €

Mikkolan koulu, B 7

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 17.00–18.00

Lavatanssinohjaajat Tarja Väljjeesiö-

Tikkanen ja Tarmo Tikkanen

Kurssi on tarkoitettu lavatanssin alkajille, joten aikaisempaa tanssikokemusta ei tarvita. Tunnit alkavat perusteista ja lisäksi opettelemme muutaman kuvion. Syksyn tanssilajit: foksi, bachata, hidas valssi ja bugg. Ilmoittaudu parin kanssa. Tunnilla on vapaaehtoinen parinvaihto.

830182
Lavatanssia parin kanssa,
keskitaso, syksy 61 €

Mikkolan koulu, B 7

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 18.00–19.15

Lavatanssinohjaajat Tarja Väljjeesiö-

Tikkanen ja Tarmo Tikkanen

Kurssi on tarkoitettu perustason osaaville. Syksyn tanssilajit: jatsifoksi, bachata, hidas valssi ja swing fusku. Ilmoittaudu parin kanssa. Tunnilla on vapaaehtoinen parinvaihto.

VESILIIKUNTA

Huom! Kurssilaiset maksavat tunneille tullessaan itse hallimaksun uimahallin kassaan. Opisto perii laskuttamalla syksyn ohjausmaksun. Klo 20.45 alkavien ryhmien osalta kannattaa hankkia sarjaranneke, koska kassa ei ole enää tuolloin auki. Klo 21.30 päättyvien vuorojen jälkeen ei voi enää saunoa, vaan hallista pitää poistua pikaisesti suihkun ja pukeutumisen jälkeen.

830184
Vesitreeni, syksy 46 €

Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27

Klo 20.00–20.45

Ohjaaja Roosa Kohvakka

830186
Vesitreeni, syksy 46 €

Ma 7.9.–30.11.26 ja 11.1.–12.4.27

Klo 20.45–21.30

Ohjaaja Roosa Kohvakka

830188
Vesitreeni, syksy 46 €

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 10.00–10.45

Ohjaaja Aino Matara-aho

830190

Vesitreeni, syksy 46 €

To 10.9.–3.12.26 ja 14.1.–8.4.27

Klo 10.45–11.30

Ohjaaja Aino Matara-aho

830192

Aqua Basic & Aqua Yoga, syksy 46 €

To 3.9.–3.12.26 (ei 8.10.)

ja 14.1.–15.4.27

Klo 20.00–20.45

Ohjaaja Sofia Korhonen

Tunnilla yhdistyvät tehokas vesitreeni noin 25 min. ja rentouttava jooga vedessä noin 15 min. Käytetään vesiliikuntavälineitä liikkeiden suorittamiseen, palaudutaan ja rentoudutaan. Tunnit sopivat kaikille vesiliikunnasta pitävälle.

830194

Aqua Basic & Aqua Yoga, syksy 46 €

To 3.9.–3.12.26 (ei 8.10.)

ja 14.1.–15.4.27

Klo 20.45–21.30

Ohjaaja Sofia Korhonen

Sama sisältö kuin kurssilla 830192.

830196

Vesitreeni, syksy 46 €

Pe 11.9.–4.12.26 ja 15.1.–16.4.27

Klo 14.00–14.45

Ohjaaja Aino Matara-aho

830198

Vesitreeni, syksy 46 €

Pe 11.9.–4.12.26 ja 15.1.–16.4.27

Klo 14.45–15.30

Ohjaaja Aino Matara-aho

LIIKUNNAN ERIKOISKURSSIT

830202

Asahi, syksy 40 €

Uimahallin alakerta

Ti 8.9.–1.12.26 ja 12.1.–6.4.27

Klo 17.15–18.15

Asahi-ohjaaja Eija Herna

Asahi on terveysliikuntaa, joka sopii kaikille. Se on helppo oppia: liikkeet tehdään seisten ja rauhallisesti oman hengityksen tahdissa. Tämä rauhallinen liiketapa voi poistaa stressiä ja rauhoittaa mieltä. Liikesarjoissa on rentous-, niska/hartia-, selkä- ja tasapaino-osiot. Ota mukaan tunnille rennot vaatteet, joustavat sisätossut tai sukat ja vesipullo!

830204

FasciaMethod®, syksy 45 €

Tuusulanjärven koulu, G-ovi

Su 6.9.–29.11.26 ja 17.1.–18.4.27

Klo 16.00–17.00

Liikunnanohjaaja Sofia Korhonen

FasciaMethod® on kokonaisvaltaista kehonhuoltoa. Kehitämme liikkuvuutta toiminnallisin aktiivisin venytyksin nivelten täysiä liikeratoja käyttäen, lihastoimintaketjuja (fascialinjoja) mukailen. Teemme tarkasti kehon yleisimpiin heikkoihin ja kireisiin alueisiin suunnattuja liikehallinta- ja liikkuvuusharjoitteita. Soveltuu kaikille, jotka haluavat parantaa suorituskykyään tehokkaasti ja edistää hyvinvointiaan. FasciaMethod® on suomalaisten fysioterapeuttien kehittämä tuote. Liikkeitä tehdään jonkin verran polvien ja ranteiden päällä.

830206

FasciaMethod®, syksy 45 €

Tuusulanjärven koulu, G-ovi

Su 6.9.–29.11.26 ja 17.1.–18.4.27

Klo 17.10–18.10

Liikunnanohjaaja Sofia Korhonen

Sama sisältö kuin kurssilla 320204.

830208

Terveysvalmennus, 38 €

Etäopiskeluna To 24.9.–29.10.26

Klo 19.00–20.30

Fysioterapeutti, liikunnanohjaaja ja viireysvalmentaja (NPTI)®

Hanna Lampen

Etäkurssi

Terveysvalmennus perustuu Psykofyysinen Ihminen 360° -ajatteluun, jossa huomioidaan ihmisen kokonaisuus – sekä fyysinen että psyykinen hyvinvointi. Verkkotapaamisilla saat monipuolista tietoa ja käytännön ohjausta kokonaisvaltaisen terveyden edistämiseen. Lähestymme hyvinvointia hermoston näkökulmasta, ravintotieteilijän konsultoiman ravinto-osuuden kautta sekä fysioterapeutin tarjoaman liikunnanohjauksen ja kuormitussäätelyn avulla. Valmennus tukee painonhallintaa, jaksamista, energistä arkea ja liikunnallista elämäntapamuu-
tosta. **Ohjeet etäopiskeluun s. 18.**

830210

Rentoudu ja uudistu, 10 €

Nahkelan koulu

Su 4.10.26

Klo 10.00–12.00

Rentoutusohjaaja Ulla Mersinlin

Syvennymme itsen äärelle rauhoittamaan ja tasapainottamaan hermostoa. Tavoitteena on tehdä konkreettisia harjoituksia ja saada niistä menetelmiä itsestä huolehtimiseen, ymmärtää hengityksen mekaniikkaa ja sitä, miten hengitystyöskentelyllä vaikutetaan omaan hyvinvointiin. Kurssilla tehdään lempeää liikettä ja myös meditaatiota. Kurssi päättyy syvärentoutukseen, joten ota mukaan lämmin vaatetus, oma villi ja joogamatto.

830212

Pimeäretki Sarvikalliolle, maksuton

Sarvikallion pysäköintialue

La 24.10.26

Klo 18.00–21.00

Eräopas Sointu Huvinen

Miltä pimeä tuntuu ja miksi se on tarpeen sekä luonnolle että ihmiselle? Sarvikallion virkistys- ja luonnon-suojelualue näyttää erilaisen puolen itsestään ihaillessamme pimentyvää syksyistä luontoa. Selkeällä säällä käänämme katsemme myös taivaan tähtikuvioiden Ota mukaan säänmukaiset vaatteet, tasku- tai otsalamppu tai muu lyhty (mieluiten sellainen, jossa on myös punainen valo), istuinalusta, pientä evästä sekä juomapullo ja muki - mahdollisesti myös kuumaa juotavaa termospullossa. Retkelle osallistuminen vaatii jonkin verran peruskuntaa nousuihin ja hämäränäköä. Voimme lyhentää reittiä tarvittaessa. Myös sateella retkeillään.

830214

**Rentoutta ja Energiaa:
Niskahartiahoidon Shiatsu-
kurssi, 23 €**

Mäntymäki

La 7.11.26

Klo 10.00–16.00

Ohjaaja Jonna Huttunen

Kärssiön niska-hartia-seutu staattises-
ta työstä, stressistä tai kiireestä?

Tervetuloa oppimaan tehokkaita ja
lempeitä taitoja niska-hartia-alueen,
pään ja yläselän hyvinvoinnin tueksi

japanilaiseen shiatsuun pohjautu-
villa tekniikoilla. Shiatsun sanotaan
perustuvan ns. kehon energiakanavien
eli meridiaanien käsittelyyn. Toisin kuin
perinteisessä hieronnassa, shiatsus-
sa käytetään rauhallista painallusta,
venytyksiä ja nivelten mobilisoin-
tia. Kurssi sopii myös aloittelijoille.
Ota mukaan mukavat, joustavat ja
lämpimät vaatteet, patja/petari tms.,
johon mahdot kokonaan makaamaan,
viltti sekä muistiinpanovälineet.



VAPAA-AIKAPALVELUIDEN LIIKUNTA

Tuusulan kunnan vapaa-aika-
palvelut järjestää soveltavaa
liikuntaa sitä tarvitseville lapsille ja
nuorille, kuntoliikuntaa senioreille
sekä terveys- ja erityisliikunta-
ryhmiä työikäisille. Ryhmät on
ensisijaisesti tarkoitettu tuusula-
laisille. Kurssimaksun sisältäviin
ryhmiin voi tulla tutustumaan
maksutta yhden kerran. Kauden
pituus 14 kertaa. Kausimaksu
21,70 € + (vesiliikuntaryhmiin
uimahallin sisäänkäyntimaksu).

Lisätietoja www.tuusula.fi/liikunta ja liikunnansuunnittelija
Sami Liehu p. 040 314 2222

IKÄIHMISTEN LIIKUNTA

Ensisijaisesti eläkkeellä oleville tuusu-
lalaisille tarkoitettua liikuntaa. Ryhmiin
voivat osallistua myös nuoremmat
eläkeläiset ja pitkäaikaissairaat.

1110

Kuntosali 1, syksy 21,70 €

Uimahallin kuntosali

Ma 31.8.–7.12.26 ja 11.1.–26.4.27

Klo 13.30–14.25

Uimahallin liikunnanohjaajat

Tunti sisältää alkulämmittelyn ja
kuntosaliharjoittelua, joka toteutetaan
kiertoharjoitteluna tai omatoimisena
harjoitteluna ohjaajan opastuksel-
la. Tavoitteena kehittää ja ylläpitää
lihasvoimaa sekä kannustaa kuntosali-
harjoitteluun myös vapaa-ajalla.

1120

Kuntosali 2, syksy 21,70 €

Uimahallin kuntosali

Ti 1.9.–8.12.26 ja 12.1.–20.4.27

Klo 13.30–14.25

Uimahallin liikunnanohjaajat

Sama sisältö kuin kurssilla 1110

1130

Kuntosali 3, syksy 21,70 €

Uimahallin kuntosali

Ke 2.9.–9.12.26 ja 13.1.–21.4.27

Klo 8.05–9.00

Uimahallin liikunnanohjaajat

Sama sisältö kuin kurssilla 1110

1140

Kuntosali 4, syksy 21,70 €

Uimahallin kuntosali

Ke 2.9.–9.12.26 ja 13.1.–21.4.27

Klo 9.05–10.00

Uimahallin liikunnanohjaajat

Sama sisältö kuin kurssilla 1110

1150

**Erityisryhmien kuntosali, syksy
21,70 €**

Uimahallin kuntosali

Ke 2.9.–9.12.26 ja 13.1.–21.4.27

Klo 10.30–11.25

Uimahallin liikunnanohjaajat

Ohjattu kuntosali, joka sopii mm.
mielenterveyskuntoutujille ja
pitkäaikaissairaille.

1160

Kuntosali 5, syksy 21,70 €

Uimahallin kuntosali

To 3.9.–10.12.26 ja 14.1.–22.4.27

Klo 13.30–14.25

Uimahallin liikunnanohjaajat

Sama sisältö kuin kurssilla 1110

1170**Kuntosali 6, syksy 21,70 €**

Uimahallin kuntosali

Pe 4.9.–11.12.26 ja 15.1.–30.4.27

Klo 13.30–14.25

Uimahallin liikunnanohjaajat

Sama sisältö kuin kurssilla 1110

1210**Kuntojumppa, syksy 21,70 €**

Jokela, Jokela-talo

Ma 31.8.–7.12.26 ja 11.1.–26.4.27

Klo 14.00–14.55

Ohjaaja Helen Nevalainen

Lihaskuntoa, tasapainoa ja venyttelyä. Sopii myös kevennettyä liikuntaa tarvitseville.

1220**Kuntojumppa, syksy 21,70 €**

Kellokosken koulu, Woimasali, B 3

Ma 31.8.–7.12.26 ja 11.1.–26.4.27

Klo 16.00–16.55

Ohjaaja Helen Nevalainen

Sama sisältö kuin kurssilla 1210.

1230**Rauhallinen kuntojumppa, syksy 21,70 €**

Uimahallin alakerta

Ti 1.9.–8.12.26 ja 12.1.–20.4.27

Klo 9.30–10.25

Uimahallin liikunnanohjaajat

Kevennetty ryhmä mm. liikuntarajoitteisille ja selkävaivoista kärsiville. Tunti sisältää rauhallisen alkulämmittelyn, lihaskuntoharjoittelun eri välineitä käyttäen sekä loppuvenyttelyn.

1240**Kuntojumppa, syksy 21,70 €**

Uimahallin alakerta

Ti 1.9.–8.12.26 ja 12.1.–20.4.27

Klo 11.00–11.55

Uimahallin liikunnanohjaajat

Lihaskuntoa, tasapainoa ja venyttelyä.

1250**Kehonhuolto, syksy 21,70 €**

Uimahallin alakerta

Ti 1.9.–8.12.26 ja 12.1.–20.4.27

Klo 15.00–15.45

Uimahallin liikunnanohjaajat

Tunneilla tehdään kevyen lämmittelyn lisäksi mm. erilaisia venytyksiä ja rentoutusta.

1260**Miesten kuntojumppa 60+, syksy 21,70 €**

Uimahallin alakerta

Ke 2.9.–9.12.26 ja 13.1.–21.4.27

Klo 14.30–15.25

Uimahallin liikunnanohjaajat

Keppijumppaa, kuntopiiriä, kehonhuoltoa ja kahvakuulaa.

1270**Etäkuntojumppa, syksy 21,70 €**

To 3.9.–10.12.26 ja 14.1.–22.4.27

Klo 12.00–12.55

Uimahallin liikunnanohjaajat

Muista antaa sähköpostiosoitteesi ilmoittautuessa.

1280**Kehonhuolto, syksy 21,70 €**

Jokela, Jokela-talo

To 3.9.–10.12.26 ja 14.1.–22.4.27

Klo 14.00–14.55

Ohjaaja avoin

Sama sisältö kuin kurssilla 1250.

1290**Kehonhuolto, syksy 21,70 €**

Kellokosken koulu, Woimasali, B 3

To 3.9.–10.12.26 ja 14.1.–22.4.27

Klo 16.00–16.55

Ohjaaja avoin

Sama sisältö kuin kurssilla 1250.

Sisu-kävely, maksuton

Tuusulan urheilukeskus,

salibandyhalli

Ma 14.9.–14.12.26

Klo 10.00–11.30

Tervetuloa liikkumaan turvallisesti tasaisiin olosuhteisiin. Tule ystävän kanssa tai tapaa tuleva ystävä. Kävely on suunnattu kaikenikäisille, mutta erityisesti senioreille. Sisu-kävely on maksuton, eikä siihen ei tarvitse ilmoittautua. Paikan päältä saat tarvittaessa kävelysauvat. Paikalla on vertaisohjaaja, joka antaa tarvittaessa opastusta sauvakävelytekniikkaan. Ei ennakkoilmoittautumista. Mukaan tarvittavat sisäliikuntaan sopivat kengät.

Tuolijummat, maksuton

Rauhallista liikuntaa tuolia apuna käyttäen. Sopii henkilöille, joilla on ongelmia tasapainon ja liikkumisen kanssa. Ryhmään ei tarvitse ilmoittautua.

Hyrylä, Hyvän Tuulen Tupa, Martta-Augusta (Kievarinkaari 1).

Tiistaisin 1.9.26 alkaen klo 10.00–10.30.

Ohjaaja avoin

Riihikallio, Palvelukeskus

(Pellavamäentie 5 A-talo).

Tiistaisin 1.9.26 alkaen klo 13.00–13.30.

Ohjaaja avoin

Jokela, Hyvän Tuulen Tupa, Ester-Matilde (Konduktöörinkuja 2).

Parittomat viikot, keskiviikkoisin 9.9.26 alkaen, klo 10.00–10.30.

Ohjaaja Helen Nevalainen

Kellokoski, Kellotupa, (Koulutie 20).

Kuukauden toinen torstai 10.9.26 alkaen klo 10.15–10.45.

Ohjaaja Helen Nevalainen

1310**Vesijumppa 1, syksy 21,70 €**

Uimahallin terapia-allas

Ma 31.8.–7.12.26 ja 11.1.–26.4.27

Klo 7.45–8.15

Uimahallin liikunnanohjaajat

Senioreille tai muille vesiliikuntaa tarvitseville.

1320**Erityisryhmien vesijumppa, syksy 21,70 €**

Uimahallin terapia-allas

Ma 31.8.–7.12.26 ja 11.1.–26.4.27

Klo 15.30–16.00

Uimahallin liikunnanohjaajat

Senioreille tai muille vesiliikuntaa tarvitseville

1330**Vesijumppa 2, syksy 21,70 €**

Uimahallin terapia-allas

Ma 31.8.–7.12.26 ja 11.1.–26.4.27

Klo 17.00–17.30

Uimahallin liikunnanohjaajat

Senioreille tai muille vesiliikuntaa tarvitseville.

1340**Vesijumppa 3, syksy 21,70 €**

Uimahallin terapia-allas

Ti 1.9.–8.12.26 ja 12.1.–20.4.27

Klo 14.00–14.30

Uimahallin liikunnanohjaajat

Ryhmä tarkoitettu vain jokelalaisille ja kellokoskelaisille senioreille.

1350**Vesijumppa 4, syksy 21,70 €**

Uimahallin terapia-allas

Ti 1.9.–8.12.26 ja 12.1.–20.4.27

Klo 14.30–15.00

Uimahallin liikunnanohjaajat

Ryhmä tarkoitettu vain jokelalaisille ja kellokoskelaisille senioreille.

Vesijumppiin 1340 ja 1350 kuljetus Jokelasta ja Kellokoskelta.

Lähtö: Takoja klo 12.30-Jokelan terveyskeskus klo 12.35 (Riihihaanpolun pys)- Jokelantie-Nuppulinnantie- Linjala, Linjamäki klo 12.50- Kellokoskentie- Kellokosken Alepa klo 13.00-Pohjoisväylä-Tuusulan uimahalli. Paluu klo 15.40.

Hinta sisältää kuljetuksen. Jokelan ja Kellokosken ryhmiin ainoastaan kuljetusta käyttävät.

1360

Vesijumppa 5, syksy 21,70 €
Uimahallin terapia-allas
Ke 2.9.–9.12.26 ja 13.1.–21.4.27
Klo 14.00–14.30

Uimahallin liikunnanohjaajat
Senioreille tai muille vesiliikuntaa tarvitseville.

1370

Vesijumppa 6, syksy 21,70 €
Uimahallin terapia-allas
Ke 2.9.–9.12.26 ja 13.1.–21.4.27
Klo 14.30–15.00

Uimahallin liikunnanohjaajat
Senioreille tai muille vesiliikuntaa tarvitseville.

1380

Vesijumppa 7, syksy 21,70 €
Uimahallin terapia-allas
To 3.9.–10.12.26 ja 14.1.–22.4.27
Klo 14.00–14.30

Uimahallin liikunnanohjaajat
Senioreille tai muille vesiliikuntaa tarvitseville.

1390

Vesijumppa 8, syksy 21,70 €
Uimahallin terapia-allas
To 3.9.–10.12.26 ja 14.1.–22.4.27
Klo 14.30–15.00

Uimahallin liikunnanohjaajat
Senioreille tai muille vesiliikuntaa tarvitseville.

SOVELTAVA LIIKUNTA

1510

Vesipedot 1, syksy 21,70 €
Uimahallin isoallas
Ti 1.9.–8.12.26 ja 12.1.–20.4.27
Klo 16.00–16.30

Uimahallin liikunnanohjaajat
Vesipedot on uintikerho kehitysvammaisille tai erityistä tukea tarvitseville aikuisille ja nuorille. Harjoitteleme erilaisia uintiin ja hengenpelastukseen liittyviä taitoja. Vaaditaan 25 m uimataito.

1520

Vesipedot 2, syksy 21,70 €
Uimahallin isoallas
Ti 1.9.–8.12.26 ja 12.1.–20.4.27
Klo 16.30–17.00

Uimahallin liikunnanohjaajat
Sama sisältö kuin kurssilla 1510

1530

Sporttis-liikuntakerho, syksy 21,70 €
Uimahallin alakerta
To 3.9.–10.12.26 ja 14.1.–29.4.27
Klo 17.30–18.15

Uimahallin liikunnanohjaajat
Monipuolista liikuntaa pienryhmässä 7–13-v. lapsille, joilla on vaikeuksia löytää liikuntaryhmää esim. liikuntarajoitteen tai kehitysvamman vuoksi. Ohjelmassa on mm. liikuntaratoja ja -leikkejä, pallopelejä ja musiikkiliikuntaa. Sopii myös pyörätuolia käyttäville lapsille.

1540

Kipakat-liikuntakerho, syksy 21,70 €
Uimahallin alakerta
To 3.9.–10.12.26 ja 14.1.–29.4.27
Klo 18.15–19.00

Uimahallin liikunnanohjaajat
Kipakat on liikuntakerho kehitysvammaisille aikuisille ja nuorille. Ohjelmassa on mm. liikuntaratoja ja -leikkejä, pallopelejä ja musiikkiliikuntaa.

1550

Sporttis-uintikerho, syksy 21,70 €
Uimahallin terapia-allas
Aloitus la 5.9.26
Klo 16.30–17.15

Uimahallin liikunnanohjaajat
Lapsille ja nuorille, jotka tarvitsevat liikunta- tai kehitysvamman vuoksi oman avustajan vedessä. Harjoitteleme erilaisia uintitaitoja oman taitotason mukaan.

Tuliketut

Tuliketut on sählykerho kehitysvammaisille aikuisille, nuorille ja lapsille. Ei ennakkoilmoittautumista. Lisätietoja p. 040 314 2222.

KUNTO- JA TERVEYSLIIKUNTA

Syvänveden vesijumppat, 5,30 €/kerta
Uimahallin hyppyallas
Aloitus viikolla 36 (ma 31.8.26 alkaen)
Ma klo 19.45–20.30
To klo 19.30–20.15

Uimahallin liikunnanohjaajat
Reipasta vesijumppaa eri välineitä käyttäen. Uimahallilta saa tarvittaessa vesijuoksuvyön lainaan. Paikan jumppaan voi varata vain ostamalla kertalipun uimahallin kassalta. Ryhmään ei voi ilmoittautua puhe-limitse. Etukäteisen maksamalla voi varata paikan vain kahdeksi kerraksi. Syvänveden jumppajalla on olta-va uimataito. Ei sisällä uimahallin sisäänkäyntimaksua.

Vesitreffit, 5,30 €/kerta
Uimahallin terapia-allas
Aloitus viikolla 36 (ti 1.9.26 alkaen)
Ti klo 7.15–8.00
Ke klo 16.30–17.15

Uimahallin liikunnanohjaajat
Reipasta vesijumppaa eri välineitä käyttäen. Uimahallilta saa tarvittaessa vesijuoksuvyön lainaan. Paikan jumppaan voi varata vain ostamalla kertalipun uimahallin kassalta. Ryhmään ei voi ilmoittautua puheliimitse. Etukäteisen maksamalla voi varata paikan vain kahdeksi kerraksi. Ei sisällä uimahallin sisäänkäyntimaksua.

Kevyesti liikkeelle -ryhmä, maksuton

Uimahallin alakerta

To 3.9.–10.12.26 ja 14.1.–29.4.27

Klo 16.15–17.15

Ohjaus Syke Tuusula

Tunti on tarkoitettu liikuntaa aloitteleville. Kokeilemme erilaisia helppoja ja kevyitä liikuntamuotoja. Mikäli sinulla ei ole lainkaan aikaisempaa ryhmäliikuntakokemusta tai sinulla on haasteita painonhallinnassa tai kuntosi on päässyt heikkenemään, tämä ryhmä sopii sinulle liikkumisen aloitukseen. Ei ennakkoilmoittautumista.

Aamuvirkun vesijumppa

Uimahallin terapia-allas

Pe 4.9.–11.12.26 ja 15.1.–30.4.27

Klo 7.00–7.30

Uimahallin liikunnanohjaajat

Reipas vesijumppa eri välineitä käyttäen. Enintään 22 jumpparia. Ei ennakkoilmoittautumista. Vain uimahallin sisäänpääsymaksu. Pyydä kasalta tullessasi jumppakortti.

Virtuaalivesijumppa

Uimahallin terapia-allas

Pe 4.9.–11.12.26 ja 15.1.–30.4.27

Klo 7.45–8.15

Hydrohex-näyttö

Kaikille avoin, senioreille sopiva jumppaohjelma ilman välineitä. Ei ennakkoilmoittautumista. Vain uimahallin sisäänpääsymaksu.

MUUT

Lasten tempurata

1–5-vuotiaille

Uimahallin alakerta

To 3.9.–10.12.26 ja 14.1.–29.4.27

Klo 9.00–10.45

Maksuton rata on valvottu, mutta ohjausta ei järjestetä. Lapset ovat vanhempien vastuulla. Liikuntaradan lisäksi on mahdollisuus tutustua erilaisiin liikuntavälineisiin ja -muotoihin. Tempuradalle ei tarvitse ilmoittautua.

Kuva: Kalle Särkkä



Tutustu Tuusulan
kunnan uutiskirjeisiin
tuusula.fi/uutiskirje

Tilaa Tuusulan kulttuuriuutiset

Kerran kuussa ilmestyvä Tuusulan kirjaston, kulttuurin, museon ja opiston yhteinen uutiskirje kokoaa tiiviisti tulevan kuukauden kulttuuritapahtumat ja näyttelyt yhteen sähköpostiin. Tilaamalla uutiskirjeen pysyt ajan tasalla Tuusulan kulttuurimenoista!

TUUSULA

KULTTUURIPALVELUT
kirjasto kulttuuri museo opisto

TUUSULAN MUSEO

Kuva: Vesa Mäkinen

Erkkola

Kirjaimellisesti katsoen – kielen ja kuvataiteen vuoropuhelua 6.5.2026–23.5.2027

Anna-Maria Osipow | Jaakko Hosia |
Kari Lindström | Kari Tolonen | Katja
Tukiainen | Kerttu Horila | Martta Wendelin
| Merja Winqvist | Pekka Halonen | Pirkko
Ropponen | Rudolf Koivu | Susanna Maria
Kivistö | Venny Soldan-Brofeldt

Näyttely tarkastelee kuvataiteen ja kirjallisen ilmaisun monimuotoista suhdetta. Se tuo yhteen Tuusulan museon taidekokoelmien teoksia, joissa sanat, tekstit ja kirjalliset viittaukset kietoutuvat kuvalliseen ilmaisuun, toisinaan hienovaraisesti, toisinaan näkyvästi osana teosten rakennetta.

Rantatie 25, Tuusula
www.erkkola.fi



Erkkola

Avoinna
syys–huhtikuu ke–su klo 12–17
touko–elokuu ti–su klo 10–17

Yleisöopastus
sunnuntaisin klo 13



Anna-Maria Osipow,
Lukeva tyttö,
Kuva: Lasse Mattila

Halosenniemi

Pyhä luonto – Pekka Halosen maalauksista nykyaikaiseen 2.6.2026–18.4.2027

Halosenniemen "Pyhä luonto" -näyttely esittelee taiteilijoiden luontokäsityksiä Pekka Halosen maisemamaalauksista aina nykyaikalaisten tulkintoihin asti. Panteistinen luontosuhde näkyi Halosen taiteessa etenkin 1920-luvun harmonisissa maisema-aiheissa. Valokuvataidetta ja abstrakteja luontoaiheisia maalauksia on esillä muun muassa Hannu Pakariselta, Markus Konttiselta, Susanna Maria Kivistöltä, Outi Ikkalalta ja Lars-Gunnar Nordströmiltä.

Halosenniementie 4–6,
Tuusula
p. 040 314 3466
www.halosenniemi.fi



Avoinna
22.6.–9.8. ma–su klo 10–17
syys–huhtikuu ti–su klo 12–17
touko–elokuu ti–su klo 10–17

Yleisöopastus
sunnuntaisin suomeksi klo 14
ja englanniksi klo 15.



Pekka Halonen,
Kesäkuun puutarhasta 1911,
Halosenniemen museo.
Kuva: Rauno Träskelin

Virtuaali-Tuusula –
verkkosivu täynnä Tuusulan
monipuolista historiaa

Seikkaile eri poluilla, tutustu
kohteisiin ja ihastu Tuusulaan!

www.virtuaalituusula.fi

Museon vapaaehtoiset

Tuusulan museon vapaaehtoistyössä pääsee kurkistamaan kulisseihin ja tutustumaan museoammattilaisten arkeen. Vapaaehtoiset avustavat esimerkiksi erilaisissa tapahtumissa, näyttelyrekvisiitan tekemisessä, pihatalkoissa, oppimateriaalien suunnittelussa sekä nykydokumentoinnissa.

Lue lisää ja ota yhteyttä
tuusula.fi/museon-vapaaehtoiset/

TUUSULA

KIRJASTO

Tervetuloa Tuusulan kirjastoihin – meillä on enemmän kuin pelkkiä kirjoja!

Kirjastoistamme voit lainata monenlaisia välineitä, kuten soittimia ja liikuntavälineitä. Tutustu myös Rockway-musiikkikouluun, jossa soittamaan opetteleminen käy helposti. Kirjastosta löydät myös kattavan valikoiman kielten oppikirjoja sekä monia käsityöoppaita.



Kuva: Jenni Simelius

Tule tutustumaan pääkirjaston pajatilaan! Pajassa voit käyttää vinyyleikkuria, lämpöprässiä, 3D-tulostinta ja ompelukonetta, joiden avulla voit luoda omia koruja, vaatteita tai vaikka uniikkeja sisustuselementtejä. Vain mielikuvitus on rajana!

Kirjastokortilla pääset käyttämään pajatilaa maksutta. Voit varata ajan asiakaspalvelustamme.

Kellokosken ja Jokelan kirjastoissa voit käyttää 3D-tulostinta ja Jokelasta löydät myös ompelukoneen käyttöösi.



Kuva: Rebecca Hopkins

Tule keskustelemaan kirjallisuudesta kirjastojen lukupiireihin! Pääkirjastossa sekä Jokelan ja Kellokosken kirjastoissa järjestetään lukupiirit, joihin kaikki ovat tervetulleita. Jokaiselle lukupiirin tapaamiskerralle luetaan eri kirja ja tapaamisen aikana keskustellaan vapaamuotoisesti lukukokemuksesta ja kirjasta.



Kuva: Alina Kuronen

Tule mukaan testaamaan tietojasi ja nauttimaan leppoisasta kisatunnelmasta kirjaston tietovisoissa! Tietovisat sisältävät monipuolisia kysymyksiä eri aiheista, ja osallistua voi 1–2 hengen joukkueissa. Luvassa on aitoa pään raapimista ja oivaltamisen riemua! Visojen voittajajoukkueet palkitaan.

Lapsille ja lapsenmielisille kirjasto tarjoaa paljon tekemistä ja tapahtumia, kuten Peliviikolla järjestettävän peliturnauksen sekä Kammokirjaston! Voit myös osallistua satutunnille kuuntelemaan satuja, kirjastokinoon katsomaan leffoja, touhuamaan touhutiistaisin ja lukemaan ihanille lukukoirille!



Kuva: Jonna Suckman

Kirjastoauto Kirre tuo iloa, elämyksiä ja kirjastopalvelut lähelle kuntalaisia kiertämällä yhteensä noin 70:llä pysäkillä Tuusulassa. Aamupäivien koulu- ja päiväkotireittien lisäksi auto palvelee iltaisin kaukana kiinteistä kirjastoista asuvia kuntalaisia. Kirjastoautoon pääset tutustumaan myös monissa erilaisissa tapahtumissa. Tervetuloa tutustumaan kirjastoauto Kirreen!



Kuva: Heli Häkli



MONIO

KEVÄT 2026

Lauantai 26.9. kello 19

LILI & LUNA

Raikasta kantripoppia esittävä duon musiikissa kauniit harmoniat yhdistyvät elämän suruista ja iloista kertoviin sanoituksiin. Liliä & Lunaa lämpää McDanze.

Lauantai 10.10 kello 16

Red Nose Company: ALEKSIS KIVI

Aleksis Kivi on komedia miehestä, josta tuli monumentti. Esitys liikkuu kansalliskirjailijaan liittyvien teemojen parissa rakkaudesta kuolemaan, eksistentiaalisista rahan ja luonnosta nykymailman ongelmiin.

Lauantai 21.11. kello 19

RAKKAUDELLA, JORMA JA HELENA

Lauluja rakkaudesta, kaipuusta, kauneudesta, ystävydestä, elämästä, meistä itsestämme.

Lauantai 19.12. kello 14

LUMIUKKO -elokuva- konsertti

Ilki-ihana Lumiukko-elokuvakonsertti aloittaa joulun Tuusulassa. Elokuva nähdään valkokankaalta ja klassikon musiikki kuullaan Syksy Soi -orkesterin tulkitsemana. Orkesteria johtaa Jukka Rantamäki.

Liput 15–38 €
tuusula.lippu.fi

Kulttuuritalo Monio
Pataljoonantie 6, Tuusula

TUUSULA

lippu.fi*

Kaikukortti

Minä elän! -klubit

Kuva: Merja Yeung

SYKSY 2026

LIPUT 20€
LIPPUPISTE

TUUSULA.FI/KULTTUURI

Minä elän! -klubit
ovat intiimejä
kulttuuriklubeja
Tuusulan
ainutlaatuisissa
museoissa.

Erkkola

Rantatie 25, Tuusula

Torstai 15.10. kello 19

KRISTIINA (DUO)

Kristiina tuo pirskahtelevan power popin keskelle harmaata Suomi-filmiä. Syksyllä 2025 yhtye julkaisi toisen pitkäsoittonsa Muistatko kuka on Kristiina?

Torstai 11.11. kello 19

SUSANNA LUKKARINEN

Susanna Lukkarinen on pitkän linjan laulaja ja pianisti sekä Club For Fiven perustajajäsen, joka toimi yhtyeessä vuosina 2000–22. Hän on julkaisut omiin sävellyksiinsä perustuvia soolotöitä, joista uusin albumi Perfume River ilmestyi vuonna 2023.

Halosenniemi

Halosenniementie 4-6, Tuusula

Torstai 17.12. kello 19

JOULUKONSERTTI: MARKKU UHLBÄCK & ANNE TANSKANEN

Joulukonsertissa kuullaan rakastetuimpia ja toivotuimpia joululauluja menneiltä vuosisadoilta aina tähän päivään asti

An abstract painting of an interior space. The top left features a chandelier with multiple curved, light-colored shades. Below it are vertical columns with a dark brown base and a lighter, textured upper section. To the right, there are arches and a large, light-colored rectangular area with vertical streaks. The background is a mix of muted colors like pink, purple, and green, with gold leaf accents along the top and around the arches. The overall style is expressive and textured.

TUUSULA

TUUSULAN OPISTO

Kulttuuritalo Monio, Pataljoonantie 6, 04300 Tuusula
p. 040 314 3415, 040 314 3418
tuusula.fi/opisto

S. K.