



Kokkolan seudun opisto
Karlebynejdens institut



KURSPROGRAM VÅREN 2024

www.kokkola.fi/kso-kni

ANMÄLAN TILL VÅRENS KURSER

BÖRJAR TISDAG 9.1.2024 KL. 18.00

INTERNET-ANMÄLNINGENS ABC

TILL KURSERNA BÖR DU ANMÄLA DIG PÅ FÖRHAND, så kommer kurserna bäst i gång. Ändringar i programmet är möjliga.

GÖR SÅ HÄR

1. LOGGA IN PÅ ADRESSEN

uusi.opistopalvelut.fi/kokkola

2. VÄLJ KURS

kursen hittar du snabbast med kursnummer

3. Klicka på **LÄGG TILL I VARUKORGEN**



> öppna varukorgen genom att klicka på bilden

4. Fyll i blanketten omsorgsfullt

5. LÄS OCH GODKÄNN anmälningsvillkoren

6. **SKICKA** anmälan

BRA ATT VETA

- Vid internetanmälan används en skyddad förbindelse
- Kom ihåg att uppdatera webbläsaren med



när anmälningen börjar

- Var noggrann när du meddelar ditt mobiltelefonnummer och din e-postadress. Vi meddelar om eventuella kursförändringar i första hand via e-post.
- För barn under 18 år krävs också vårdnadshavarens uppgifter.
- Om du har Kaikukortet, se sid 6
- ANMÄLNINGEN ÄR BINDANDE.
- Det kommer ingen skild kallelse till kursen. Vi meddelar bara om kursen inhiberas.

7. DIN ANMÄLAN ÄR NU KLAR! DU FÅR FAKTURAN HEMSÄNT.

OM

DU VILL BETALA KURSEN SOM NÄTBETALNING, FORTSÄTT ÄNNU...

- nätbetalning lyckas bara, om du har gett din e-postadress
- **Betala inte på nätet om du är berättigad till studeranderabatt;**
 - du får fakturan till halva priset.
- Om du betalar kursen med ePassi eller Smartum, läs anvisningarna på sid 6

8. Klicka vidare från anmälningsbekräftelsesidan till **BETALA**



- > du förs till Karlebynejdens instituts nätbetalningssida, och vidare framåt till nätbanken.
- Välj betalningssätt och följ betalningsanvisningarna.



INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Kontaktuppgifter	4
Anmälan till kurserna	5
Kursavgifter, avbokningar och rabatter	5
Motionssedlar ePassi och Smartum	6
Kaikukortet	6
Kompetensbaserade kurser	6
Rektors ruta	7
Allmänt	8
Droppar av lärande och glädje	9

Stiftelsen för Nordiska konstskolan, öppna föreläsningar	11
Bildkonstskolan för barn och unga	12

Institutets kurser:

Vardagskunskaper	13
Mat	13
Hygienpass	13
Förstahjälpen	13
Ekonomirådgivning	14
Datateknik	15
Musik	15
Motion och hälsa	16
Konst- och praktiska ämnen	17

Kurser i Kronoby medborgarinstitut 18

Kalender



Välkommen till Onlineinstitutet!

Här hittar du alla onlinekurser
som anordnas av Arbis/MI i
Nykarleby, Jakobstad, Pedersöre,
Kronoby och Karleby.

Surfa in på onlineinstitutet.fi
redan idag!

www.onlineinstitutet.fi





KANSLI

Institutshuset,

Vasavägen 7, 67100 Karleby

E-post: kni@kokkola.fi

Telefon 040 8065 160

Kansliet är öppet under läsåret

- må-to kl. 9.00-11.30, telefon 040 8065 160
- må-to kl. 17.00-20.00 på tel 06 8289 777, fr o m 8.1.2024
- övriga tider enligt överenskommelse www.kokkola.fi/kso-kni

Bildkonstskolan,

Folkskolegatan 6 B, 67100 Karleby

E-post: ktk-bks@kokkola.fi

Telefon 040 8065 167

Bildkonstskolans öppethållningstider se sid 12.

VERKSAMHETSPLATSER

Huvudverksamhetsplats:

Institutshuset, Vasavägen 7, 67100 Karleby

Konsthuset Renlund:

- Trädelen: Borgmästaregatan 32, 67100 Karleby
- Stendelen: Bildkonstskolan, Folkskolegatan 6B, 67100 Karleby.

Förutom Institutshuset och Konsthuset Renlund ordnas undervisning på flera olika platser.

Adresser till de övriga verksamhetsplatserna finns på www.kokkola.fi/kso-kni.

KONTAKTUPPGIFTER,

svenskspråkiga avdelningen

Avdelningsrektor, svenskspråkiga avdelningen

Sixten Sandström 044 7809 532

Servicesekreterare, svenskspråkiga avdelningen

Gerd Wiklund 040 8065 160

Institutets rektor Asko Muilu 044 7809 530

Kvällsservicesekreterare Leena Lamu 06 8289 777

E-post: fornamn.efternamn@kokkola.fi

ANMÄLAN TILL ALLA KURSER BÖRJAR **TISDAG 9.1.2024** KL. 18.00

Du kan anmäla dig

- via webbtjänsten
<https://uusi.opistopalvelut.fi/kokkola>
- per telefon 040-8065 160 eller i kansliet, Vasavägen 7, fr o m tisdag 9.1.2024 kl. 18.00-20.00, därefter under kansliets öppethållningstider må-to kl. 9.00-11.30.

KURSAVGIFTER OCH RABATTER

- När du anmäler dig till en kurs, förbinder du dig att betala kursavgiften.
- Om du inte betalade kursen som nätbetalning, sänds fakturan hem per post eller du kan begära en betalningslänk från kansliet till din e-post.
- Om kursen inte startar, meddela ditt kontonummer till institutets kansli kni@kokkola.fi, så returnerar vi kursavgiften.
- Om du själv avbryter kursen, så sänks inte kursavgiften eller betalas tillbaka.
- Kursmaterial och -tillbehör samt läroböcker betalar och skaffar deltagaren själv, om inte annat nämnts i kursbeskrivningen.
- En obetald faktura går till indrivning.
- En utskickad faktura ska betalas i sin helhet.

AVBOKNINGAR

- Avbokning av en kurs är avgiftsfri när du gör det via nättjänsten eller till kansliet minst 2 vardagar före kursstarten eller före sista anmälningsdagen, ifall en sådan finns.
- Obs! Att meddela till läraren är ingen avbokning.
- Om du avbokar kursen för sent så fakturerar vi halva kursavgiften.

RABATTER

Studeranderabatt -50%

- beviljas studerande på andra stadiet, i gymnasium, yrkeshögskola, universitet eller vuxenläroanstalt.
- Rabatten gäller inte grundskoleelever.
- Betala inte kursavgiften på nätet, du får den rabatterade fakturan hemsänt med posten.

Rabatter till pensionärer, arbetslösa och invandrare endast för studiesedelkurser

- I kursrubriken meddelas om det är en kurs som berättigar till halva avgiften för pensionärer, arbetslösa och invandrare.
- Studiesedelkurser kan inte betalas som nätbetalning.

Obs! I kursuppgifterna är 1 t = 1 undervisningstimme (45 min)

Eventuella förändringar i programmet kan förekomma. Vi meddelar till kursdeltagarna om kursförändringar i första hand via e-post.



ePassi smartum!

BETALNING MED MOTIONSSEDLAR (ePassi och Smartum)

Motions- och kulturförmåner är personliga förmåner som arbetsgivaren erbjuder arbetstagaren. De används bara till personliga avgifter.

Vi godkänner Smartum och ePassi som betalningsmedel bara för motions-, dans- och välmäandekurser. Om du vill betala kursavgiften

med Smartum sedlar eller ePassi, ta kontakt med institutets kansli antingen via telefon, e-post kni@kokkola.fi eller besök kansliet innan kursen börjar. Betalning med motionssedlar är inte längre möjligt efter fakturering. Kom därför ihåg att vara i kontakt med institutet i tid.

Kansliets betjäningstider i institutshuset, Vasavägen 7:

må-to kl. 9.00-11.30, tel 040 8065 160

må-to kl. 17.00-20.00, tel 06 8289 777

Betalning av kursavgifter med motionsedlar återbetalas inte.

Kursavgiften bör betalas i sin helhet med sedlar. För sedlarna ges inga växelpengar.

Kaikukortti

KAUKUKORTET

Kultur hör till alla oberoende av förmögenhet. Målet med kaikukortet är att göra det lättare för ungdomar, vuxna och familjer i en svår ekonomisk situation att njuta av kultur, motion och konst. Kortet är personligt och kostar ingenting. Kortet kan beviljas åt dem som är minst 16 år, är i en svår ekonomisk situation och är klient hos en social- och hälsovårdsenhet som deltar i Kaikukort-verksamheten. Kortet beviljas av Soite. Tilläggsinfo: www.soite.fi/kaikukortti

Så här anmäler du dig till Karlebynejdens institutets kurser om du har kaikukortet:

Karlebynejdens institut är med i Soites Kaikukort-nätverk. Om du har Kaikukortet, kan du delta i en kurs per läsår utan kursavgift. Kursen kan du själv välja. Anmäl dig till kursen via webbtjänsten, per telefon eller i kansliet. Obs! Kom och visa ditt kaikukort till institutets kansli senast innan kursen startar.



KOMPETENSBASERADE KURSER

Det är möjligt att inom institutet avlägga Kompetensbaserade kurser d v s studiepoängskurser. I den tryckta katalogen är kurserna märkta med ovanstående symbol för studiepoängskurser. Du kan ha nytta av en sådan kurs då du t ex planerar eller förverkligar en studiebana eller arbetskarriär. Tillsvärd finns inga kompetensbaserade kurser på svenska.

Det ljusnar

När det är mörkt sätter man på ljuset. Jag märkte i oktober-november hur folk började använda dekorationsljus. Visst var det roligt att se hur det började synas mera uteljus i takt med avtagande dagsljus. En mental sak också det.

I skrivande stund är det inte så långt till julen. Jag tycker att det är viktigt med traditioner. De ger en känsla av trygghet samt återupplivar minnen. Julen är en speciell händelse för både yngre och äldre. För barnfamiljer är det alltid lika spännande att vänta på julgubben.

Vi börjar så småningom också gå mot en ljusare årstid. I dagsläget är det inte alltid så lätt att blicka mot framtiden. Verkar som om det hela tiden finns orosmoment som sjukdomar, krig, nedskärningar,.. Pisa-resultaten går neråt i Finland. Framtiden för svenskan oroar i Karleby. Vad göra? Det behövs absolut någon typ av "Vi ska sess ner o funder!", "Vi ska sätta oss ner och fundera!". Det behövs åtgärder och säkert också försök och misstag förrän man börjar se resultat.

Mycket viktigt är att man inte går ensam och grubblar på saker och ting. Här tycker jag att arbetar- och medborgarinstituten har en central roll. Förutom att erbjuda kurser är instituten platser där folk kan träffas och prata med varandra. Inte alla har någon att dela sina tankar med. Visst är det roligt att också lära sig nya kunskaper tillsammans med andra i en trivsamt omgivning. Detta har ju Kokkolan seudun opisto – Karlebynejdens institut faktiskt hållit på med nu i över 80 år.

Rätt så ofta kommer nyinflyttade på kurser. På så sätt får de kontakt med ortsborna. Jag bodde själv en tid som nyinflyttad i en för mig rätt så obekant liten stad och undervisade samtidigt där på medborgarinstitutet en kväll i veckan. För mig var det ett mycket bra sätt att lära känna invånare och höra närmare vad som var på gång inom staden.

Bekanta dig med kurskatalogen. Hoppas du hittar kurser som tilltalar dig. Som exempel på kurser är Hygienpass, Chilensk afton, Måla din vinter, Effektiv styrketräning och populära Svetskursen. Att gå på institutets kurser inom första hjälpen kan rädda liv!

Stiftelsen för Nordiska konstskolan fortsätter på vårterminen med sina föreläsningar vid Konsthuset Renlund.

Föreslå gärna nya kurser. Kursplaneringen inför hösten är redan i full gång!

Sixten Sandström
avdelningsrektor



Kokkolan seudun opisto
Karlebynejdens institut

ALLMÄNT

Kokkolan seudun opisto – Karlebynejdens institut är ett tvåspråkigt medborgarinstitut, som ägs och upprätthålls av Karleby stad. För att utveckla verksamheten styrs institutet av nämnden för utbildning och fostran.

VERKSAMHETSIDÉ

Vi arbetar för invånarnas välmående och bildning i regionen genom att erbjuda möjlighet till ett livslångt lärande. Med vår aktivitet stöder vi ett mångvärdigt och mångkulturellt samhälle samt en hållbar livsstil. Vår verksamhet bygger på gemenskap. Vi betonar glädjens betydelse och kreativitetens styrka som främjar inlärningen. Aktualitet samt traditioner är viktiga för oss, och vi siktar mot framtiden.

FÖRSÄKRINGAR

Kursdeltagarna är inte försäkrade från institutets sida.

INFORMATION

Institutet informerar om tillställningar, nya kurser mm i Österbottens Tidning och Kokkola-tidningen samt på institutets hemsidor www.kokkola.fi/kso-kni. Du hittar oss numera också på Facebook och Instagram. Till kursdeltagarna meddelar vi om kursförändringar i första hand via e-post.

VIKTIGA DATUM

Vid varje kurs anges start- och slutdatum för kursen. I regel ingen undervisning under skolornas lov dagar. Under skolornas sportlov vecka 9, 26.2 -3.3.2024 hålls i allmänhet inga kurser.

PARKERING VID INSTITUTSHUSET

Institutshuset har kommunal parkeringsövervakning med 4 timmars parkeringsbricka!



Det är tillåtet att parkera på platser markerade med trafikmärken. Det behövs tillstånd att parkera på platser som är reserverade för personalen. Det är absolut förbjudet att parkera vid genomfarter och portgångar! Kom i tid till kurserna. Det kan vara trångt på parkeringsplatsen.

TRAFIKEN VID KONSTHUSET RENLUND

Biltrafik på Konsthuset Renlunds gårdsplan tillåts inte längre. Man kan köra in på gården för transport av tunga saker, men bilen måste parkeras invid en gata (Folkskolegatan, Borgmästaregatan, Packhusgatan eller Katarinegatan). De elever som skjutsas med bil ska lämnas vid gatan på Folkskolegatans sida. Därifrån kan de ta sig tryggt till skolan över gårdsplanen. Personalens bilplatser är på Katarinegatans sida.

STUDIEFÖRENINGEN VID KARLEBY SVENSKA MEDBORGARINSTITUT RF.

Studieföreningen är en intresseförening för kursdeltagarna, lärarna och personalen. Studieföreningen medverkar vid vårutställningen, anordnar t ex konserter, exkursioner, teaterresor mm. Ordförande är Ulrika Kankkonen. Övriga medlemmar är Mikael Tast (sekreterare), Jennica Hagström, Leo Lindfelt, Annika Pietilä-Honkakoski, Kenneth Ågren (viceordförande) och Gerd Wiklund (kassör).

Frivilliga understöd kan betalas in på kontot FI59 5163 0620 0121 71.



Droppar av lärande och glädje 80 år

TIDSLINJE - UTSTÄLLNINGEN

Karleby stadsbibliotek 12.2 - 8.3.2024

Konsthuset Renlund 11.3 - 5.4.2024

Institutshuset 8 - 30.4.2024



TEA FORSBERG

VÅRUTSTÄLLNING OCH EVENEMANG 20-21.4.2024

Konst- och praktiska ämnen

Institutshuset, Vasavägen 7

lö - sö kl 10-16

Musikframträdanden

lö 20.4 Musikinstrument

sö 21.4 Körer och musikgrupper

Välkommen!

Opin ja ilon pisaroita Taitoa ja taidetta opettajilta

Droppar av lärande och glädje Lärarnas konstutställning

7.1. - 8.2.2024 - Avajaiset/Vernissage 7.1. klo/kl. 14-16

Galleria August - Taidetalo Renlund, Kuvataidekoulu, Kansakoulukatu 6B

Galleri August - Konsthuset Renlund, Bildkonstskolan, Folkskolegatan 6B



KOKKOLAN LASTEN JA NUORTEN KUVATAIDEKOULU
KARLEBY BILDKONSTSKOLA FÖR BARN OCH UNGA



Kokkolan seudun opisto
Karlebynejdens institut

VÄLMÅENDEVECKA

Vecka 11 firar vi en välmåendevecka, som kulminerar i en välmåendedag lördag 16.3.2024. Då kan du prova på bl a olika typer av yoga i institutshuset. Kom med på en lektion, på två eller delta i alla, hur det passar dej, välkommen! Följ med vår information om veckans övriga evenemang.

kl. 10.00-10.45 Miia Mattila: Hathajooga

kl. 11.00-11.45 Minna Pallaspuro: Vinyasajooga

kl. 12.00-12.45 Satu Vuolteenaho: Tuolijooga

kl. 13.00-13.45 Lena Eklund: Yinyoga (på svenska)

JUBILEUMSÅRETS EVENEMANG OCH KONSERTKALENDER VÅREN 2024

- 7.1.-8.2.** Droppar av lärande och glädje – lärarnas konstutställning, Galleri August, Konsthuset Renlund, Folkskolegatan 6 b
- 10.2** Gemensamt ansvar - konsert, Lochteå kyrka. Kursdeltagare i solosång, Kirsi Koivisto, i samarbete med Lochteå församling
- 10.3** Musikstund i Institutshusets festsal kl. 14. Medverkande Senjoriinat med dirigent Raakel Solvin, samt allsång. Fritt inträde
- 10.3** Kässäkirppis /Handarbetsloppis kl. 11-14 i institutshuset
- 12.3** Kuorot kohtaa – konsert som en del av "Kohtalona Käläviä"-veckan. Tid och plats meddelas senare. I samarbete med stadens kulturtjänster
- 20 - 21.4** Institutets vårutställning och -evenemang lö 20.4 och sö 21.4 kl. 10-16



41211

KÄSSÄKIRPPIS / HANDARBETSLOPPIS

Material och tillbehör

Sö 10.3.2024 kl 11 – 14

Kom och sälj och byt handarbetstillbehör i Institutshuset
söndag 10.3 kl. 11-14.

Det finns rum för högst 15 försäljare. Reservera bord på nätet
<https://uusi.opistopalvelut.fi/kokkola/fi/course/9202>

De som reserverat kan använda ett bord som är 80 x 150 cm.
Att delta är gratis. Du kan ställa bordet i ordning från kl. 10.30.



ÖPPNA FÖRELÄSNINGAR våren 2024

Föreläsningarna ordnas av stiftelsen för Nordiska Konstskolan i samarbete med Kockolan seudun opisto-Karlebynejdens institut.

Plats: Konsthuset Renlund/trädelen, Konsthörnet, Borgmästaregatan 32

Föreläsningarna är avgiftsfria och genomförs på svenska. Joanna Kurth kommer att använda både svenska och finska.

Alla intresserade är välkomna.

Tis 16.1 2024 kl. 18-20 Berättelsen bakom bilden
Tom Tiainen, konstnär

Tis 20.2.2024 kl. 18-20 Tankar om konst och kultur
Joanna Kurth, museichef

Tis 19.3.2024 kl. 18-20 Min fotokonst
Kenneth Bamberg, fotokonstnär

Tis 16.4.2024 kl. 18-20 Samtidskonst och internationella biennaler
Ingela Bodbacka-Rak, lektor och föreläsare

Tis 21.5.2024 kl. 18-20 Att hitta sin röst
Jaana Erkkilä-Hill, konstnär, vicerektor Konstuniversitetet



KOKKOLAN LASTEN JA NUORTEN KUVATAIDEKOULU
KARLEBY BILDKONSTSKOLA FÖR BARN OCH UNGA

Undervisningen som ges inom olika konstarter i Karleby bildkonstskola för barn och unga framskrider från nivå till nivå och är målinriktad. Undervisningen är avsedd för 6–19-åriga finskspråkiga och svenskspråkiga barn och unga. I bildkonstskolan främjas elevernas kreativitet och skaparglädje och man skapar en stark grund för elevernas förhållande till konst. Eleverna uppmuntras till eget uttryck, framställande och tänkande samt noggrann iakttagelse av den visuella kulturen. Skolan utvecklar ett livslångt intresse för konst genom att eleverna får producera konst och uppleva konst. Undervisningen ger också färdigheter att söka sig till yrkesutbildning och högskoleutbildning inom bildkonst eller någon annan visuell bransch.

Undervisningen i bildkonstskolan följer grunderna för läroplanen för den fördjupade lärokursen i grundläggande konstundervisning (lag om grundläggande konstundervisning 633/1998 samt förordningar och anvisningar 2017:12a).

ANMÄLNING AV NYA ELEVER

Anmälan till bildkonstskolans ordinarie undervisning för läsåret 2024-25 sker via webbtjänsten i april - maj 2024. Närmare information ges på institutets webbtjänst www.kokkola.fi/bildkonstskolan; blanketten syns i webbtjänsten under ansökningstiden. Ansökningen gäller barn som är födda 2016 eller 2017. Barn som är födda 2018 kan anmälas till konstfostran för småbarn. Man kan fråga efter lediga platser för äldre barn under läsåret av bildkonstskolans rektor.

Bildkonstskolans adress är Folkskolegatan 6b.

Kansliets öppettider under läsåret

må - ti kl 9.00-11.30 och 12.30-15.00,

on kl 12.00-20.00,

to kl 9.00-11.30 och 12.30-15.00,

tel 040 806 5167, servicesekreterare

Aune-Maarit Saukko.

Bildkonstskolans e-post är

ktk-bks@kokkola.fi och webbtjänsten

www.kokkola.fi/sv/bildkonstskolan.

Du hittar också Bildkonstskolan på Facebook och Instagram.

Personal:

Rektor Isosaari Aija, 044 780 9526

Servicesekreterare Saukko Aune-Maarit,

040 806 5167

Kvällsvaktmästare och timlärare Klapuri Juho,

040 806 5384

Bildkonstlärare:

Granholm Tiina, 040 185 5507

Jylhä Irma, 040 806 5327

Pokela Heidi, 044 780 9523,

e-post heidi.e.pokela@kokkola.fi

Turtiainen Kristiina, 040 805 0825

E-post: fornamn.efternamn@kokkola.fi



REETTA BRELIN



60505 CHILENSK AFTON

Tors 22.2.2024 kl. 18.00-21.00

Donnerska skolan, undervisningskök Hälsovägen 1

Soledad och José Björkqvist 4 t Kursavgift 16,00 €

Sista anmälningsdag 15.2.2024

Kom med och tillred chilensk mat tillsammans med Soledad och José medan vi bl.a. pratar om Chile och lyssnar på chilensk folkmusik. Avgift för ingredienser ca 5 € uppbärs på kursen. Undervisningsspråk svenska och finska. Anmäl dig senast 15.2.24

60506 HYGIENPASS

1 – 8.2.2024

Tors 18.00–20.15

Donnerska skolan, klassrum Hälsovägen 1

Hälsoinspektör Anne-Maj Jansson 6 t

Kursavgift 54,00 €

Kurs i hygienkompetens enligt Livsmedelsverkets fordringar och den riktar sig till alla som hanterar oförpackade livsmedel. Kursen hålls två kvällar: 1.2 och 8.2. Andra kvällen avslutas med en tent. Ta med identitetsbevis.

70501 FRK FÖRSTA HJÄLPEN FHJ 1®

6 – 15.2.2024

Tis 18.00–21.00, Tors 18.00–21.00

Donnerska skolan, klassrum Hälsovägen 1

Utbildare i första hjälp och hälsokunskap

Marcus Nyberg 16 t Kursavgift 60,00 €

Grundkursen i första hjälpen ger grundläggande kunskaper och färdigheter att hjälpa i nödsituationer och vid vanliga sjukdoms- och olyckssituationer, samt ger information om hälsans befrämjande. I kursen ingår också användning av hjärt-lung-räddning-defibrillatorutrustning. Kursen följer FRK:s direktiv och är i kraft 3 år. För att bli godkänd krävs att man deltar varje kursgång.



Efter godkänd kurs registreras kursdeltagaren i FRK:s utbildningsportal och får ett mobilkort över prestationen. Kursen hålls ti 6.2, to 8.2, ti 13.2 och to 15.2.

70503 NÖDFÖRSTAHJÄLP

Mån 4.3.2024 kl. 18.00–21.00

Donnerska skolan, klassrum Hälsövägen 1

Utbildare i första hjälp och hälsokunskap

Marcus Nyberg 4 t Kursavgift 38,00 €

Sista anmälningsdag 22.2.2024 23.00

Utbildningen följer FRK:s direktiv.

Nödförstahjälpkursen 4 lektioner, är lämplig som repetitionskurs för Förstahjälpen 1 och Förstahjälpen 2. Sista anmälningsdag 22.2.2024.



99906 FÖREBYGGANDE EKONOMIRÅDGIVNING Hybridföreläsning – på plats eller hemma!

Avgiftsfri föreläsning, förhandsanmälan

22.2.2024, Tors 17.30–19.00

Institutshuset, Kerstin-klassen, Vasavägen 7

Kaisa Rajaniemi, Teresa Vidjeskog 2 t

- I vilken ordning ska man betala räkningar
- Vad ska man göra om man inte klarar av att betala sina räkningar
- Varifrån kan man få hjälp med sin ekonomi
- Utmättningsprocessen
- Vad händer med skulderna i utmätning

• varför behövs utmätning, utmätningens betydelse i samhället

Föreläsare: är ekonomi- och skuldrådgivare på Mellersta Österbottens och Österbottens rättshjälpsbyrå Teresa Vidjeskog och Sakkunnig inom förebyggande ekonomirådgivning Kaisa Rajaniemi. Du kan delta antingen på plats eller på distans via teams. Nämn i samband med anmälan om du deltar på plats eller på distans. De som meddelat att de deltar via Teams får en länk på e-posten några dagar före. Föreläsningen hålls på finska, men frågor kan ställas även på svenska.



DATATEKNIK

10503 PERSONLIG HANDLEDNING I DATATEKNIK - studiesedelkurs *

16.1 – 23.4.2024

Tis 9.00–18.00, Tors 9.00–18.00

Institutshuset, Evald-klassen Vasavägen 7

Tradenom Jennica Hagström 27 t

Kursavgift 24,00 €

Laddas inte apparna i telefonen eller tabletten?
Problem med inställningar? Ger överföring av
bilder och filer huvudbry? Finns det månne rädsla
eller osäkerhet att beställa biljetter på nätet?
Boka tid för personlig handledning! Vi behandlar
just sådana saker som du går och funderar på.
Individuell handledning 24€/lektion (45 min). Du
kan också boka tid tillsammans med en kompis.
Då fördelas avgiften 24€ mellan deltagarna. Tiden
bestäms per telefon. Anmäl dig, så tar vi kontakt!
Lektionerna hålls tisdagar och torsdagar kl.
9.00-18.00.

MUSIK

15523 GITARRLEKTION FÖR GITARRISTER

17.1 – 10.4.2024. Ons 17.30–18.00

Hållhagens skola, musikal Beckbruksvägen 4

Markku Riipi 8 t Kursavgift 22,00 €

Kursen är främst avsedd för gitarrister som deltar
i Rockkursen för gubbar och gummor, men även
andra är välkomna. På lektionerna behandlar vi
gitarrspelandets grunder såsom skalor, ackord,
speltekniker, ackompanjemang. Noter behöver du
inte kunna. Ett glatt humör och iver är viktigare.
Eget instrument med. På kursen talas både svenska
och finska.



Du kan betala kurserna i motion och hälsa med ePassi och Smartum



MOTION OCH HÄLSA

20513 EFFEKTIV STYRKETRÄNING

31.1 – 24.4.2024

Ons 19.00–20.30

Såka byagård Gamla Skrabbevägen 12

Personlig tränare Marina Kulla 24 t Kursavgift 44,00 €

Vi fokuserar på några muskelgrupper per gång.

Målet är att trötta ut musklerna. Passet avslutas valbart med eller utan pulshöjande övningar.

Ta med hantlar, gummiband, minigummiband, liggunderlag och vattenflaska.

20515 STYRKETRÄNING MED KONDITIONSMASKINER

24.1 – 17.4.2024

Ons 17.45–18.45

Såka byagård Gamla Skrabbevägen 12

Personlig tränare Marina Kulla 16 t Kursavgift 36,00 €

Vi tränar hela kroppen med konditionsmaskiner, hantlar och gummiband.

20519 SOMMARJUMPPA, TUFF KONDITION OCH STYRKETRÄNING FÖR HELA KROPPEN

8.5 – 12.6.2024

Ons 17.30–19.00

Utomhus, Öjavägen 454

Personlig tränare Marina Kulla 12 t Kursavgift 26,00 €

Vi tränar med egen kroppsvikt, hantlar, gummiband, minigummiband. Vi varvar med

pulsupphöjande hoppövningar utomhus, hoppeligen i solsken. Ta med liggunderlag, hantlar, gummiband, minigummiband och vattenflaska.

20560 PARK-ASAHI, GRUNDKURS

15.4 – 27.5.2024

Mån 18.00–19.00

Västraparken, utomhus

Kristina Klingenberg 9 t Kursavgift 22,00 €

Kom och bekanta dig med finländska Asahi-hälsogymnastiken utomhus i Västraparken. Enkla och välgörande rörelser som passar för så gott som alla. Inga speciella kläder eller utrustning behövs. Rörelserna görs stående, men om du vill sitta, behöver du ta med en egen stol eller pall. Vi lär oss rörelser som stärker kroppens muskler samt balansen och koordinationen. Kursen går på både svenska och finska.





37511 MÅLA DIN VINTER *

16 – 17.2.2024

Fre 17.00–21.00, Lör 9.00–16.00

Konsthuset Renlund stensidan, målningssal,
Folkskolegatan 6 b

Esa Tiainen 13 t Kursavgift 26,00 €

Vi målar med olika tekniker, olja, akryl, akvarell, gouache, pastell m.fl. Genomgång av bildkomposition, färglära, valörer och kontraster. Motivkretsen fri eller vid behov enligt lärarens uppslag, t ex stilleben, landskap och människor. Oljemålare bör använda luktfri terpentin. Akvarellpapper till självkostnadspris av läraren. I övrigt eget material.

40563 SVETSKURS *

16.1 – 26.3.2024. Tis 18.00–21.00

Kokkolan suomalainen lukio, tekn.salén
Torggatan 41 A

Anders Holmberg 40 t Kursavgift 63,00 €

Lär dig svetsa och bekanta dig med nya svetsmetoder. Inga tidigare kunskaper behövs, men det finns möjlighet att fördjupa tidigare kunskaper. Vi behandlar gassvetsning, elektrodsvetsning, mig- samt tigsvetsning. Kursen går på svenska och finska. Åldersgräns 16 år. OBS! Ingen kurs 7.2.



KURSER I KRONOBY MEDBORGARINSTITUT VÅREN 2024

Anmäl dig till Kronoby MI
fr.o.m. 3.1.2024 kl. 8.30
mi.kvarnen.fi eller
tfn 040-660 1656

10523

LETTERING WORKSHOP

Merjärv byahem Sofie Björkgren-Näse

on kl. 18.00-21.00, 7.2-14.2.2024 36,00 €

Under en LETTERING WORKSHOP ritar vi bokstäver och ord. Du behöver kanske en logo eller skapa en egen print att ha på väggen, få inspiration till din 'bullet journal' eller designa egna födelsedagskort med namnet på jubilarer snyggt skrivet. Eller så kanske du helt enkelt vill få testa på att skapa vanliga och ovanliga bokstäver med penna. Vi kommer att väcka ritmuskulerna och skaparglädjen. Jag presenterar roliga övningar där du stegvis får utveckla ditt ritande, från enkla bokstavsskisser till bokstavsskisser av ord. Denna kurs passar dig som är nybörjare på lettering men också dig som redan ritat bokstäver en tid på egen hand.

110702

TRÄDGÅRDSPLANERING

Kvarken

Maria Vilo

to 18.00-20.00

25.1 - 14.3.2024

36,00 €

Det är mycket att tänka på när man planerar en trädgård. Under sju kvällar går vi igenom alla viktiga aspekter för att skapa en fungerande och välmående trädgård. Vi planerar, skissar designidéer och skapar en heltäckande skötselplan. Dessutom går vi igenom viktiga saker att tänka på, såsom byggbestämmer och marklära. Kursen omfattar teori, individuella projekt och diskussioner. Kursen hålls av Maria Vilo, trädgårdsmästare och trädgårdsterapeut.



KVARNEN
KRONOBY MI

000107

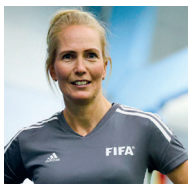
FÖRELÄSNING MED LINA LEHTOVAARA

Kvarken

må kl. 18.00-21.00, 15.4.2024

15,00 €

Lina Lehtovaara är internationell fotbollsdomare med erfarenhet från bl.a. VM och UEFA Women's Champions League. I Finland har hon flera gånger utsetts till årets domare. Hon är hemma från Karleby men bor numera i Pargas. Hon kommer att berätta om sin fotbollssresa från junior till internationellt erkänd fotbollsdomare. Föreläsningen är en bra början på fotbollssäsongen för spelare, tränare, domare, föräldrar och alla fotbollsintresserade.



000111

ATT FÖRSTÅ OCH BESEGRA BRÖSTCANCER

Kvarken

sö kl. 14.00-15.30, 28.4.2024

15,00 €

Under föreläsningen kommer vi att tala om bröstcancer från diagnos till behandling till livet efter behandlingen. Deltagarna kommer att lära sig om de olika faserna. Dessutom ges ni möjlighet att delta i diskussioner och ställa frågor. Canceröverlevare delar sina kraftfulla berättelser om den emotionella och fysiska resan. Kaffevidning.



Jenny jobbar sedan 2005 som överläkare i kirurgi på Skaraborgs sjukhus, Sverige och bedriver forskning sedan 2016 vid Göteborgs universitet med fokus på bröstcancer. Genom sin man Kristoffer Streng har hon kommit till Finland där hon arbetar vid Wellmedic Oy, Finland.

Flera kurser på vår hemsida mi.kvarnen.fi