

SIPOON OPISTO SIBBO INSTITUT 2023-2024



JULKINEN TIEDOTE Julkaisija: Sipoon kunta
Utgivare: Sibbo kommun



ILMOITTAUTUMINEN / ANMÄLNING

Pidätämme oikeuden kurssi- ja hintamuutoksiin.
Vi förbehåller oss rätten till kurs- och prisändringar.

ILMOITTAUTUMISTAVAT / OLIKA SÄTT ATT ANMÄLA SIG:

1.

Kursseille ilmoittaudutaan pääsääntöisesti internetin kautta <https://uusi.opistopalvelut.fi/sipoo/fi/>. Förhandsanmälan sker i regel via Internet <https://uusi.opistopalvelut.fi/sipoo/sv/>.

2.

Soittamalla opiston kansliaan puh. (09) 2353 6004 viimeistään 5 arkipäivää ennen kurssin alkamista.
Du kan ringa till institutets kansli tfn (09) 2353 6004 senast 5 vardagar innan kursen börjar.

3.

Voit myös ilmoittautua **Nikkilän opistotalolla ja Sipoon opiston Söderkullan palvelupisteessä** 17.8.–18.8.2023 klo 12.00–16.00.
Du kan också anmäla dig i **Nickby instituthus eller på Lärdomsvägens servicepunkt** den 17.8.–18.8.2023 kl. 12.00–16.00.

4.

Nikkilässä voi ilmoittautua **Sipoon pääkirjastolla kunnan infossa ja Söderkullassa Söderkullan palvelupisteessä** kirjastolla infon aukioloaikoina.
I Nickby kan du anmäla dig till kurser i **kommunens info i Sibbo huvudbibliotek och i Söderkulla till kommunens servicepunkt i Söderkulla bibliotek** under deras öppethållningstider.

5.

Sähköpostitse ilmoittautumisia otetaan vastaan maanantaista 11.9.2023 alkaen.
Förhandsanmälan via **e-post** beaktas fr.o.m. måndag 11.9.2023.

Paperilaskuihin
lisätään
laskutuslisä 3,50 €.

Vi fakturerar
3,50 € för
pappersfakturan.



















Ilmoittautuminen

Vesiliikunta, liikunta, tanssi ja hyvinvointi -kurssit alkaen torstaina 17.8.2023 klo 12.00–16.00.
Kaikki muut kurssit alkaen perjantaina 18.8.2023 klo 12.00–16.00.

Anmälning

Vattengymnastik, gymnastik, dans- och välmåendekurserna torsdag 17.8.2023 kl. 12.00-16.00. Övriga kurser fredag 18.8.2023 kl. 12.00-16.00.

SISÄLLYSLUETTELO - INNEHÅLL

SIPOON OPISTO SIBBO INSTITUT	4	
KARTAT / KARTOR	12	
MUSIIKKI MUSIK	18	
KUVATAITEET BILDKONST	22	
KÄDENTÄIDOT HANTVERK	26	
LUONTOKURSSIT NATURKURSER	31	
KIELET SPRÅK	33	
KULTTUURI, YHTEISKUNTA JA TALOUS KULTUR, SAMHÄLLE OCH EKONOMI	36	
TIETOTEKNIikka DATATEKNIK	38	
NAVIGOINTI NAVIGERING	40	
SOSIAALI- JA TERVEYDENHOITO SOCIAL- OCH HÄLSOVÅRD	41	
KOTITALOUS HUSLIG EKONOMI	42	
LIIKUNTA GYMNASSTIK	44	
VESILIIKUNTA VATTENGYMNASTIK	48	
TANSSI DANS	51	
HYVINVOINTI VÄLMÅENDE	54	
LISÄLUKUKAUSI EXTRA TERMIN	56	
VERKKOKURSSIT NÄTKURSER	59	



Toimisto: Iso Kylätie 8, 04130 SIPOO

Puh. (09) 2353 6004

Avoinna ma–to klo 9.00–11.30 ja 12.00–14.00

Lukukausien alussa kaksi viikkoa ti ja to klo 9.00–11.30 ja 12.00–17.00

Pe tavoitat meidät puhelimitse klo 9.00–11.30 ja 12.00–14.00

Opintien palvelupiste

Opintie 6 B, 01150 SÖDERKULLA

Avoinna ke klo 10.00–14.00, lukukausien aikana

Sähköposti: sipoon.opisto@sipoo.fi

Henkilökunnan sähköposti: etunimi.sukunimi@sipoo.fi

Internet: <https://uusi.opistopalvelut.fi/sipoo/fi/>

www.sipoo.fi/sipoon-opisto

Löydät meidät myös Facebookista, Instagramista, Twitteristä, LinkedInistä ja YouTubea.

Blogi: www.sipoo.fi/sipoon-opisto/sipoon-opiston-opistoblogi

Podcast: <https://www.sipoo.fi/palvelu/sipoon-opisto-opistopodi/>

Uutiskirje: <https://sipoon-opisto.mail-eur.net/>



Opisto

Sipoon suomalainen kansalaisopisto ja Sibbo svenska medborgarinstitut perustettiin 1968 ja yhdistettiin 1.8.1999 kaksikieliseksi opistoksi. 1.8.2018 opiston nimi muutettiin muotoon Sipoon opisto / Sibbo institut. Opistoa ylläpitää Sipoon kunta. Opetusta valvoo opetus- ja kulttuuriministeriö. Opetus tapahtuu joko suomen tai ruotsin kielellä, ja osa kursseista on kaksikielisiä. Kurssit ovat avoimia kaikille koulutustaustasta riippumatta. Opistossa voit kartoittaa tietoja ja taitojasi, kouluttaa itseäsi ja rikastuttaa vapaa-aikaasi. Sipoon opisto on osa kunnan arjen ja vapaa-ajan toimialaa.

Henkilökunta

Hanna Fridolfsson, päätoiminen tuntiopettaja, vararehtori, puh. 050 599 7571.

Ulrika Martin, opistos sihteeri, puh. (09) 2353 6004.

Terese Pousar, opistos sihteeri ja työvalmentaja, puh. (09) 2353 6004.

Asta Viitanen, koulutuskoordinaattori, puh. (09) 2353 6004.

Joanna Kopra, markkinointi- ja projektisihteeri, tiedotusvastaava, puh. 040 681 0623.

Ella Seppälä, opistoemäntä,

lukukausien aikana ma–to klo 17.00–20.00, puh. 040 191 6079.

Sari Sundbäck-Määttä, liikunnanohjaaja puh. 040 191 4232.

Onerva Lähelmä, luku- ja kirjoitustaidon tuntiopettaja, puh. 046 920 0543.

Pirjo Pentti, taito- ja taideaineiden suunnittelijaopettaja, puh. 040 191 4378.

Lukukaudet

Syksy 11.9.2023–3.12.2023, syysloma viikolla 42, 16.–23.10.2023.

Kevät 15.1.2024–14.4.2024, talviloma viikolla 8, 19.–25.2.2024, kiirastorstaina 28.3.2024 ei ole opetusta.

Lisälukukausi 15.4.2024–30.6.2024.

Kurssien alkamispäivät ovat merkittyinä kurssiohjelmaan.

Osa kursseista alkaa jo ennen varsinaista lukukautta tai kestää pidempään.

Ilmoittautuminen

Vesiliikunta, liikunta, tanssi ja hyvinvointi -kurssit alkaen torstaina 17.8.2023 klo 12.00–16.00.

Kaikki muut kurssit alkaen perjantaina 18.8.2023 klo 12.00–16.00.

Ilmoittautumistavat:

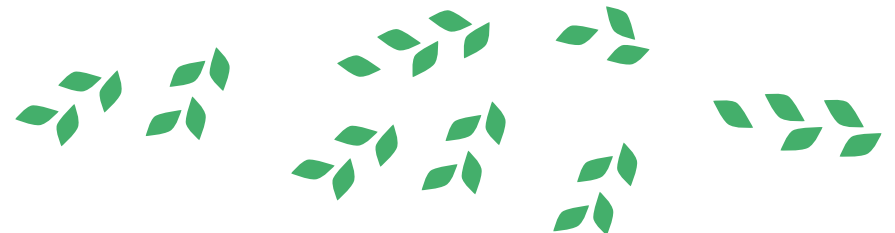
1. Kurseille ilmoittaudutaan pääsääntöisesti internetin kautta <https://uusi.opistopalvelut.fi/sipoo/fi/>.
2. Soittamalla opiston kansliaan puh. (09) 2353 6004 viimeistään 5 arkipäivää ennen kurssin alkamista.
3. Voit myös ilmoittautua Nikkilän opistotalolla ja Sipoon opiston Söderkullan palvelupisteessä 17.8.–18.8.2023 klo 12.00–16.00.
4. Nikkilässä voi ilmoittautua Sipoon pääkirjastolla kunnan infossa ja Söderkullassa Söderkullan palvelupisteessä kirjastolla infon aukioloaikoina.
5. Sähköpostitse ilmoittautumisia otetaan vastaan maanantaista 11.9.2023 alkaen.

Ennakoilmoittautuminen kursseille on pakollista, jotta kurssit toteutuisivat, joten ilmoittautu viimeistään 5 arkipäivää ennen kurssin alkua. Käytä ilmoittautuessasi kurssikoodia (eri syksylle ja keväälle), koodi on kurssiohjelmassa kurssin nimen alla. Alle 18-vuotiaat osallistajat: ilmoittakaa myös huoltajan henkilötiedot ja osoite laskutusta varten.

Kursseilla ei ole ilmaisia kokeilukertoja. Ilmoittautumalla sitoudut maksamaan kurssimaksun.

Kurssin peruutus

Kurssi peruutetaan, mikäli kurssilla ei ole tarpeeksi osallistujia. Kurssin yhtä (1) peruutettua kertaa ei korvata ylimääräisellä kokoontumiskerralla pitkällä kurseilla. Jos haluat perua kurssille osallistumisen, sen tulee tapahtua viimeistään 5 arkipäivää ennen kurssin alkamista soittamalla opiston kansliaan (opettajalle ilmoittaminen ei riitä), netti-ilmoittautumiset voi perua netin kautta. Myöhässä peruutetusta kurssista asiakas joutuu maksamaan 50 % kurssin hinnasta. Jo alkaneesta, keskeytetystä kurssista ei hyvitetä kurssimaksua. Kurssimaksu hyvitetään lääkärintodistusta vastaan.



Maksuvaihtoehdot

Kurssimaksu maksetaan jokaisesta kurssista, syys- ja kevätlukukaudet erikseen. Musiikin ja kielten kursseille ilmoittaudutaan koko lukuvuodeksi.

Maksa kurssit:

1. Maksulinkkinä, joka lähetetään sähköpostiisi, kun kurssi on alkanut. Tarkista roskapostikansio! Maksulinkki on voimassa 14 päivää ja maksat sen verkkopankkisi kautta klikkaamalla linkkiä. Verkkopankin lisäksi voit valita muut opiston käytössä olevat verkkomaksutavat: liikunta- ja kulttuurikursseja Smartumin mobiilisovelluksella, Eazybreak-mobiilisovelluksella, Edenredillä sekä e-passilla. Jos maksat em. mobiilisovellusten kautta, lähetä maksusta kuitti sähköpostilla opistolle sipoon.opisto@sipoo.fi.
2. Käteisellä Nikkilän opistotalolla.
3. Käteisellä tai pankkikortilla kunnan infossa Sipoon pääkirjastolla Nikkilässä tai kunnan Söderkullan palvelupisteessä niiden aukioloaikoina.
4. Sinulle lähetetään paperilasku kotiisi postitse kurssin alettua.

Paperilaskuihin lisätään laskutuslisä 3,50 euroa.

Osallistujat maksavat kurssikirjat ja materiaalit erikseen.

Alennukset

Työttömät ja työkyvyttömyyseläkkeellä olevat voivat käyttää opintoseteleitä 50 € / lukukausi. Työttömän opintosetelilomake täytetään toimistolla viimeistään 5 arkipäivää ennen kurssin alkamista. Työttömyydestä / työkyvyttömyydestä tulee esittää voimassa oleva todistus. Jos Opetushallitus myöntää Sipoon opistolle hankerahoitusta lukuvuodelle 2023–2024, hankeraha kohdistetaan erityisryhmille, maahanmuuttajien suomen kielen opetukseen sekä senioreiden tietotekniikkakursseihin. Opisto ei myönnä henkilökohtaisia opintoseteleitä.

Osallistujat

Kurssit ovat kaikille avoimia. Lapsille ja nuorille sekä senioreille järjestetään erikoiskursseja. Sipoon opistoon ei ole sisäänpääsyvaatimuksia. Kurssien vähimmäisosallistujamäärä on 8 henkeä, kielten kursseilla 6. Jotta kurssit toteutuisivat, on ilmoittautuminen ja säännöllinen osallistuminen tunneille tärkeää. Voit ilmoittautua kevään kursseille myös syksyn ilmoittautumisen yhteydessä.

Osallistumistodistus

Annetaan pyynnöstä kurssin päätyttyä. Todistuksesta peritään 10 €.

Vakuutukset

Kurssiosallistujat eivät ole vakuutettuja opiston puolesta. Vakuutettuja eivät myöskään ole osallistujien omat työvälineet, keskenkäiset tai valmiit työt tai muut henkilökohtaiset tavarat, mikä tulee huomioida osallistuessa opiston kursseille.

Kurssimuutoksista ja uusista kursseista ilmoittaminen

Kiireellisissä asioissa ilmoitamme opiskelijoille mahdollisista muutoksista ja lisäyksistä kursseihin tekstiviestillä, mutta pääsääntöisesti viestimme sähköpostilla. Muistathan huolehtia, että yhteystietosi ovat ajan tasalla. Uusista kursseista kerromme kotisivujen Ajankohtaista-osiossa, Facebookissa, Instagramissa, Opistoblogissa ja HelleWissä.

Maksupalvelukoulutus

Opisto järjestää myös mielellään tilaus- ja henkilöstökoulutusta esim. yrityksille ja yhteisöille. Kysy lisää toimistosta!

Näyttelytila Art Colorosan varaaminen

Opintoryhmät tai opiskelijat voivat tehdä varauksia näyttelytilasta lukuvuoden aikana maksutta. Tee varaus sähköpostilla: ext-maaretta.caselius@sipoo.fi, häneltä saat tarkempia tietoja asiasta. Opiston kevätnäyttely järjestetään myös siellä.

Yhteistyö

Osa kursseista voidaan hyväksyä korvaavina kursseina lukion opetussuunnitelmassa. Ne voidaan hyväksyä myös päättötodistukseen. Kysy lisää lukion rehtorilta.

Opintopistekurssit

Osaamisperusteisesti kuvatulla opintopistekurssilla voidaan tunnistaa ja tunnustaa osaamisesi. Hyväksytyt suorituksesi voidaan halutessasi kirjata KOSKI-tietojärjestelmään ja lukea mahdollisesti hyväksi jatko-opinnoissasi.



Kurssiohjelma

Päivitetyn version löydät täältä:

<https://www.sipoo.fi/asiointikanava/sipoon-opiston-opinto-opas/>

HUOM! Opiston markkinoinnissa saatetaan käyttää opiskelijatöistä otettuja kuvia.



Seuraa meitä! / Följ oss!

@Sipoonopisto @Sipoon opisto - Sibbo institut



SIBBO INSTITUT | SIPOON OPISTO



Kansli: Stora Byvägen 8, 04130 SIBBO,
Tfn. (09) 2353 6004

Öppet mån.–tors. kl. 9.00–11.30 och 12.00–14.00

Vid terminsstart under de två första veckorna tis. och tors. kl. 9.00–11.30 och 12.00–17.00

Fre. när du oss per telefon kl. 9.00–11.30 och 12.00–14.00

Lärdomsvägens serviceställe

Lärdomsvägen 6 B, 01150 SÖDERKULLA

Öppet ons kl. 10.00 - 14.00

E-post: sibbo.institut@sibbo.fi

Personalens e-post: fornamn.efternamn@sibbo.fi

Internet: <https://uusi.opistopalvelut.fi/sipoo/sv/>

www.sipoo.fi/sv/sibbo-institut

Du hittar oss också på Facebook, Instagram, Twitter, LinkedIn och YouTube.

Blogg: www.sipoo.fi/sv/sibbo-institut/sibbo-institutets-institutblogg

Podcast: <https://www.sipoo.fi/sv/tjanst/sibbo-institut-institutpodd/>

Nyhetsbrev: <https://sipoon-opisto.mail-eur.net/>



Institutet

Sibbo svenska medborgarinstitut och Sipoon suomalainen kansalaisopisto grundades 1968 och sammanslogs 1.8.1999 till ett tvåspråkigt institut. 1.8.2018 ändrades institutets namn till Sipoon opisto / Sibbo institut. Institutet upprätthålls av Sibbo kommun. Undervisningen övervakas av undervisnings- och kulturministeriet. Undervisningsspråket är svenska eller finska. En del kurser är tvåspråkiga. Våra kurser är öppna för alla oberoende av grundutbildning. I institutet kan du kartlägga och öka dina kunskaper och färdigheter, fortbilda dig samt berika din fritid. Sibbo institut är en del av kommunens enhet för vardag och fritidsektor.

Personal

Hanna Fridolfsson, timlärare i huvudsyssla, vicerektor, tfn. 050 599 7571.

Ulrika Martin, institutsekreterare, tfn. 09 2353 6004.

Terese Pousar, institutsekreterare och arbetscoach, tfn. 09 2353 6004.

Asta Viitanen, utbildningskordinator, tfn. 09 2353 6004.

Joanna Kopra, marknadsförings- och projektsekreterare, tfn. 040 681 0623.

Ella Seppälä, institutsvärdinna,

under terminerna mån.–tors. kl. 17.00–20.00, tfn. 040 191 6079.

Sari Sundbäck-Määttä, idrottsledare, tfn. 040 1914 232.

Onerva Lähelmä, timlärare i läs- och skrivundervisning, tfn. 046 920 0543.

Pirjo Pentti, planeringsansvarig lärare i hantverk och bildkonst, tfn. 040 1914 378.

Terminerna

Höst 11.9.2023–3.12.2023, höstlov vecka 42, 16.–23.10.2023

Vår 15.1.2024–14.4.2024, sportlov vecka 8, 19.–25.2.2024, ingen undervisning på skärtorsdagen 28.3.2024.

Extra termin 15.4.2024–30.6.2024.

Startdatumet är angivet vid varje kurs. Observera att några kurser börjar före den egentliga terminen börjar. Några kurser har en något längre termin.

Anmälning

Vattengymnastik, gymnastik, dans- och välmåendekurserna torsdag 17.8.2023 kl. 12.00–16.00. Övriga kurser fredag 18.8.2023 kl. 12.00–16.00.

Olika sätt att anmäla sig:

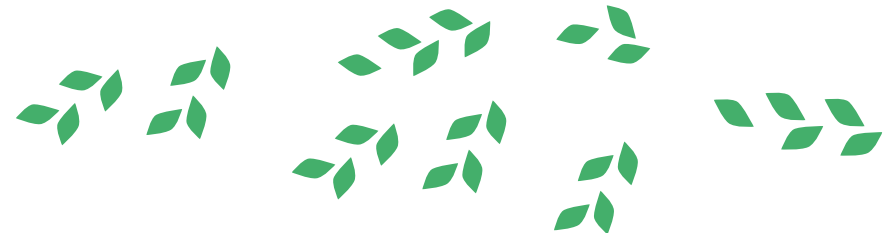
1. Förhandsanmälan sker i regel via Internet <https://uusi.opistopalvelut.fi/sipoo/sv/>.
2. Du kan ringa till institutets kansli tfn (09) 2353 6004 senast 5 vardagar innan kursen börjar.
3. Du kan också anmäla dig i Nickby instituthus eller på Lärdomsvägens servicepunkt den 17.8.–18.8.2023 kl. 12.00–16.00.
4. I Nickby kan du anmäla dig till kurser i kommunens info i Sibbo huvudbibliotek och i Söderkulla till kommunens servicepunkt i Söderkulla bibliotek under deras öppethållningstider.
5. Förhandsanmälan via e-post beaktas fr.o.m. måndag 11.9.2023.

Förhandsanmälan är obligatorisk för den avgör om kursen blir av och förverkligas. Anmäl dig senast 5 vardagar innan kursstart. Använd kurskoden (skild för höst och vår) som är angiven under varje kurs. Deltagare under 18 år: meddela också förmyndarens personuppgifter och adress för fakturering.

Vi har inga avgiftsfria gånger på våra kurser. Genom att du anmäler dig till kursen förbinder du dig att betala den.

Annulering av kurs

Kursen inhiberas ifall antalet deltagare är för få. Vi ordnar inte ersättande kurstillfälle ifall kursen inhiberas en (1) gång. Detta gäller långa kurser. Meddela kansliet (ej läraren) om du är förhindrad att delta i kursen. Nätanmälan kan annulleras via nätet. Annulleringen bör ske senast 5 vardagar innan kursen startar. Om annulleringen sker senare än 5 vardagar innan kursen startar betalar kunden 50 % av kursavgiften. För en kurs som startat och den studerande avbryter eller uteblir ifrån betalar den studerande hela kursavgiften. Institutet uppber kursavgift för varje kurs man deltar i en skild avgift för höst- och vårtermin. Kursavgiften returneras vid uppvisande av läkarintyg.



Betalningsätt

Kursavgiften betalas per kurs, skilt för höst- och vårtermin. Kurserna i musik och språk anmäler du dig för hela läsåret.

Betala din kurs:

1. Betalningslänk som vi skickar till din e-post då kursen har börjat. Kontrollera också skräpposten! Betalningslänken är i kraft i 14 dagar och du betalar den genom att klicka på länken och betalar den via netbanken. Utöver netbanken kan du välja att använda institutets andra netbetalningsätt: gymnastik- och kulturkurser med Smartum mobilapplikation, Eazybreak-applikationen, Edenred samt med e-pass. Ifall du betalar med en av mobilapplikationerna, vänligen sänd en kopia av betalningen per e-post till sibbo.institut@sibbo.fi.
2. Kontant i Nickby instituthus.
3. Kontant / kort i kommunens info i Sibbo huvudbibliotek i Nickby och i Söderkulla till kommunens servicepunkt i Söderkulla bibliotek under deras öppethållningstider.
4. Pappersfaktura. Vi sänder dig en pappersfaktura per post då kursen startat.

3,50€ faktureras för pappersfakturor.

Kursdeltagarna står själva för kursmaterial och studieböcker.

Rabatter:

Arbetslösa och personer på arbetslöshetspension: studiesedel fås från institutets kansli 50 € / termin. Studiesedeln bör fyllas på institutet senast 5 vardagar innan kursen startar. Du bör kunna uppvisa ett intyg som är i kraft över arbetslöshet eller arbetslöshetspension. Ifall Utbildningsstyrelsen beviljar projektfinansiering för Sibbo institut för läsåret 2023–2024 riktas projektfinansieringen till att bekosta kurser för specialgrupper, studier i finska för invandrare och datakurser för seniorer. Institutet beviljar inte personliga studiesedlar.

Deltagare

Alla är välkomna till våra kurser. För barn, ungdom och seniorer ordnas även separata kurser. Institutet har inga inträdesfordringar. Antalet deltagare per kurs skall vara minst 8. Deltagarantalet i språkkurserna är minst 6. För att kurserna skall förverkligas är det viktigt att du anmäler dig i tid samt deltar regelbundet på de kurser du anmält dig till. Du kan anmäla dig till vårens kurser i samband med höstens anmälan.

Studieintyg

Studieintyg ges på begäran efter avslutad kurs. För intyget debiteras 10 €.

Försäkringar

Kursdeltagarna är inte försäkrade från institutets sida. Inte heller kursdeltagarnas egna verktyg, halvfärdiga eller färdiga arbeten eller övriga personliga föremål, vilket bör observeras av dem som deltar i institutets kurser.

Förändringar i kurserna samt information om nya kurser

Om förändringar i kurserna och tillägg i kurserna meddelas de studerande i brådskande fall via sms. Huvudsakligen kommunicerar vi per e-post. Det är således viktigt att dina kontakttuppgifter alltid är uppdaterade. Om nya kurser informerar vi på våra hemsidor under Aktuellt, Facebook, Instagram, Institutblogg samt i HelleWi.

Uppdragsutbildning

Institutet ordnar gärna kurser i form av beställnings- och personalutbildning t.ex. för olika företag och föreningar. Kontakta kansliet för närmare information.

Reservering av utställningslokalen Art Colorosa

Våra studerande samt våra studiegrupper kan reservera utställningsutrymmet Art Colorosa avgiftsfritt under läsåret. Gör din reservation genom att sända e-post till ext-maareta.case-lius@sibbo.fi. Av henne får du även närmare instruktioner. Institutets vårutställning ordnas även där.

Samarbete

En del av institutets kurser kan godkännas som tillämpade kurser inom gymnasiet läroplan och kan räknas till godo inom totalantalet kurser vid gymnasiet. De kan också antecknas på skolans dimissionsbetyg. Var i kontakt med gymnasiet rektor för närmare information.

Identifierande och erkännande av kunnande



Kompetensbaserad inläring innebär att det kunnande du skaffat dig inom studier vid Sibbo institut kan identifieras och erkännas från kurser som ger studiepoäng. Om du som studerande önskar kan godkända studieprestationer antecknas i informationsresursen KOSKI. Du kan således få studier avlagda vid institutet tillgodoräknat vid fortsatta studier.

Kursprogram

Du hittar den uppdaterade versionen här: <https://www.sipoo.fi/sv/servicekanal/sibbo-institutets-studieprogram/>

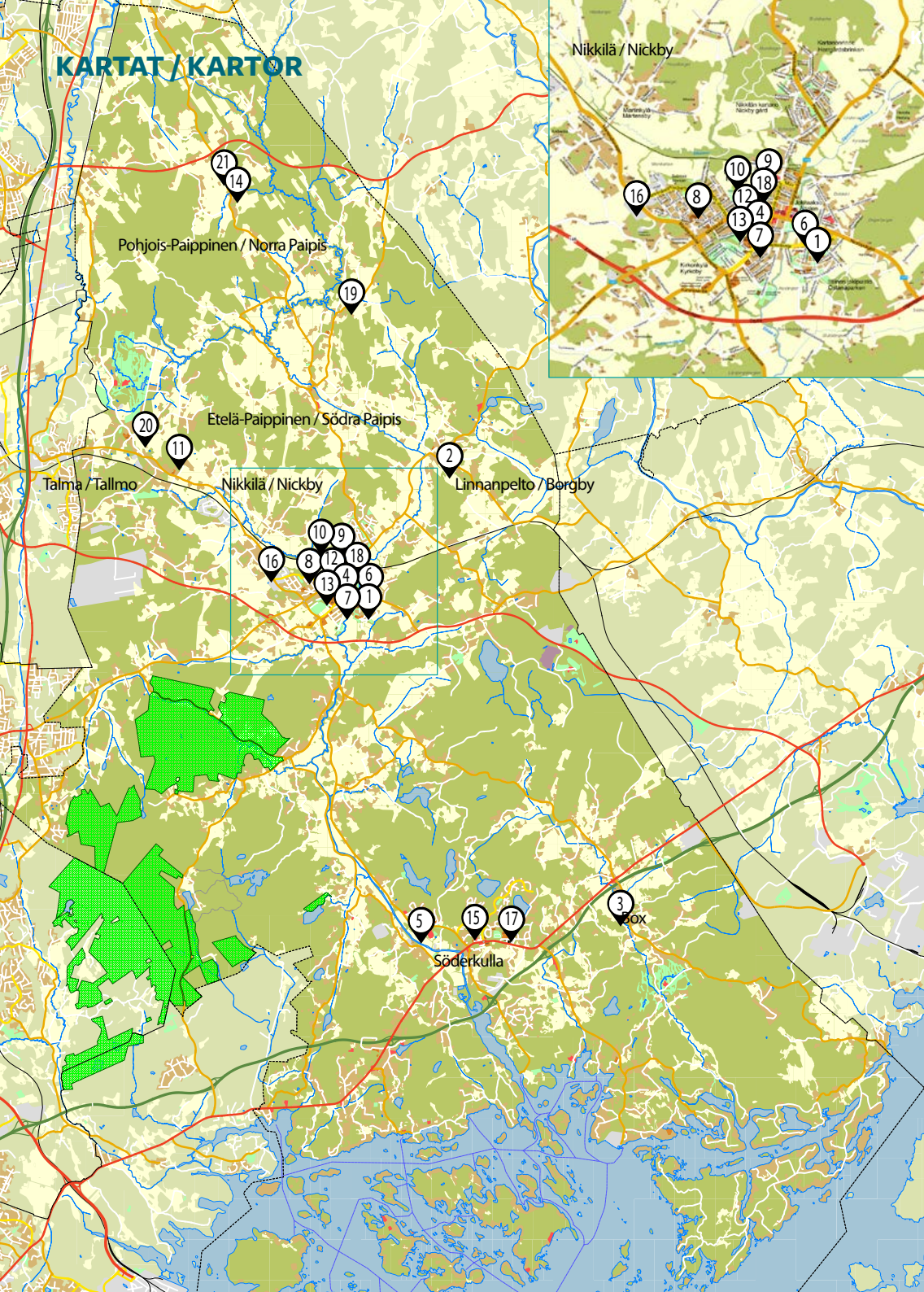
OBS! Institutet kan använda fotografier som tagits av studerandearbeten i sin marknadsföring.



Seuraa meitä! / Följ oss!

@Sipoonopisto @Sipoon opisto - Sibbo institut





Meidän toimipaikkamme

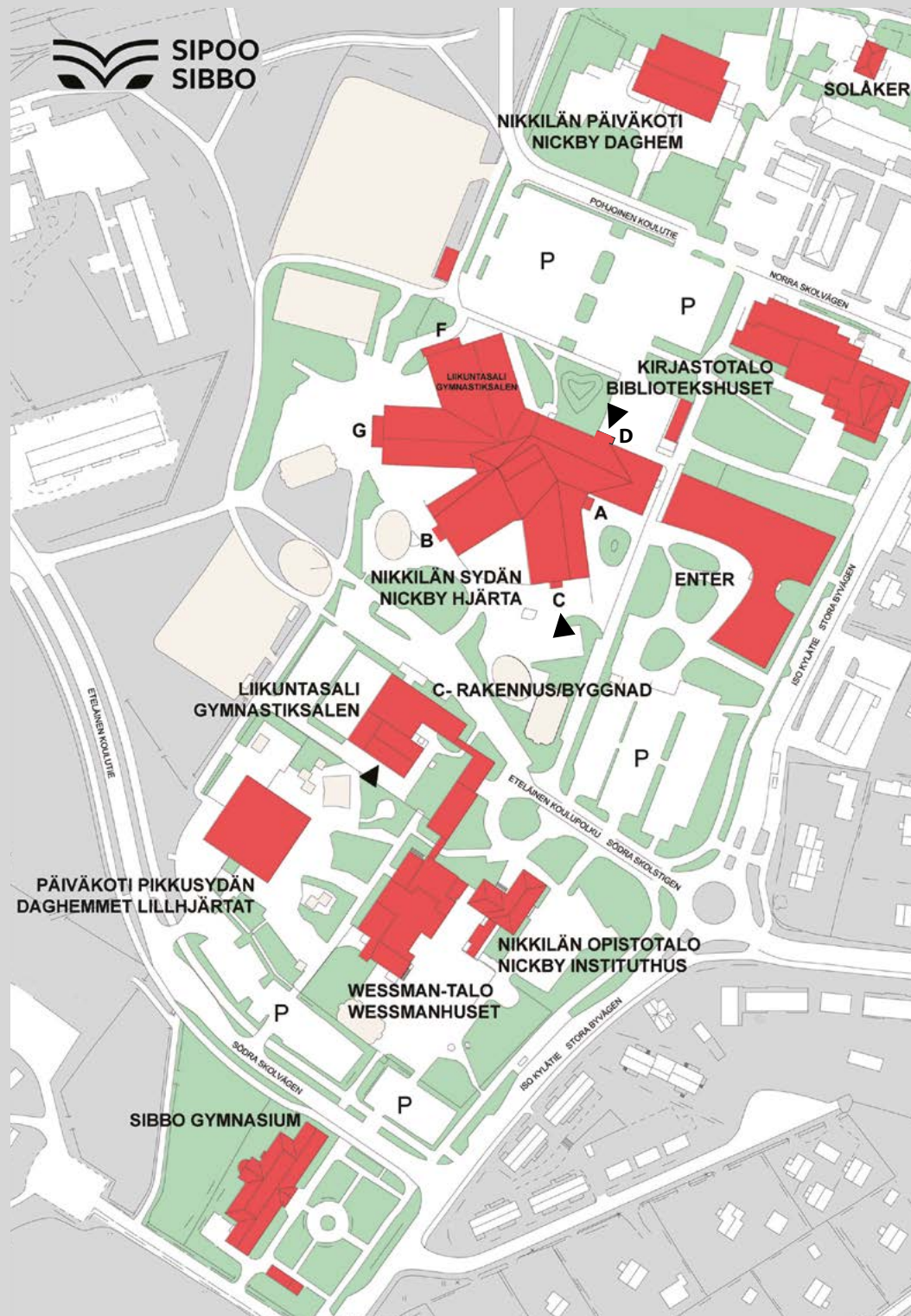
- 1 Artborg 35, Pilvilinnantie 2, 04130 Sipoo
- 2 Borgby skola, Linnanrinne 12, 04130 Sipoo
- 3 Boxby skola, Spjutsundintie 71, 01190 Box
- 4 Gymnasiet, Iso Kylätie 6, 04130 Sipoo
- 5 Ingman, Massbyntie 101, 01150 Söderkulla
- 6 Jokipuiston koulu, Pilvilinnantie 7, 04130 Sipoo
- 7 Kyrkobyskola, Iso Kylätie 3, 04130 Sipoo
- 8 Leppätien koulu, Katajatie 12, 04130 Sipoo
- 9 Lilla Villan, Jussaksentie 16, 04130 Sipoo
- 10 Lukkarin koulu, Lukkarintie 2, 04130 Sipoo
- 11 Martinkylän opistotalo, Martinkyläntie 485, 04240 Talma
- 13 Nikkilän Sydän, Iso Kylätie 12, 04130 Sipoo
- 13 Nikkilän opistotalo, Iso Kylätie 8, 04130 Sipoo
- 14 Norra Paipis skola, Paippistentie 1098, 04170 Paippinen
- 15 Opintien palvelupiste, Opintie 6B
Opintien liikuntatila, Opintie 6B
Iso liikuntasali, Opintie 6A (E, F)
Kutomo (ent. ruokala) Opintie 6A, 01150 Söderkulla
- 16 Sininen halli, Martinkyläntie 94, 04130 Sipoo
- 17 Miili, Söderkullan koulutie 7, 01150 Söderkulla (s. 16)
- 18 Nikkilä Sote Allas, Jussaksentie 14, 04130 Sipoo
- 19 Södra Paipis skola, Koulumäki 50, 04170 Paippinen
- 20 Talman koulu, Satotalmantie 11, 04240 Talma
- 21 Widegård, Paippistentie 1134, 04170 Paippinen

 <https://www.sipoo.fi/palvelu/sipoon-opiston-toimipisteet/>

Våra verksamhetsställen

- Artborg 35, Pilvilinnavägen 2, 04130 Sibbo
- Borgby skola, Linnanbrinken 12, 04130 Sibbo
- Boxby skola, Spjutsundsvägen 71, 01190 Box
- Gymnasiet, Stora Byvägen 6, 04130 Sibbo
- Ingman, Massbyvägen 101, 01150 Söderkulla
- Jokipuiston koulu, Pilvilinnavägen 7, 04130 Sibbo
- Kyrkobyskola, Stora Byvägen 3, 04130 Sibbo
- Leppätien koulu, Ernvägen 12, 04130 Sibbo
- Lilla Villan, Jussasvägen 16, 04130 Sibbo
- Lukkarin koulu, Klockarsvägen 2, 04130 Sibbo
- Mårtensby institutthuset, Mårtensbyvägen 485, 04240 Tallmo
- Nickby Hjärta, Stora Byvägen 12, 04130 Sibbo
- Nickby institutthuset, Stora Byvägen 8, 04130 Sibbo
- Norra Paipis skola, Paipisvägen 1098, 04170 Paipis
- Lärdomsvägens serviceställe, Lärdomsvägen 6B
Lärdomsvägens idrottsutrymme, Lärdomsvägen 6B
Stora gymnastiksalen, Lärdomsvägen 6A (E, F)
Vävning (fd. matsal) Lärdomsvägen 6A, 01150 Söderkulla
- Blåa hallen, Mårtensbyvägen 94, 04130 Sibbo
- Miili, Söderkulla skolväg 7, 01150 Söderkulla (s. 16)
- Nickby HVC Bassäng, Jussasvägen 14, 04130 Sibbo
- Södra Paipis skola, Skolbacken 50, 04170 Paipis
- Talman koulu, Satotalmavägen 11, 04240 Tallmo
- Widegård, Paipisvägen 1134, 04170 Paipis

<https://www.sipoo.fi/sv/tjanst/sibbo-institutets-verksamhetsstallen/>



NIKKILÄN KULTTUURI- JA SIVISTYSKESKUS NICKBY KULTUR- OCH BILDNINGSCENTRUM

SAVUTON KUNTA - RÖKFRI KOMMUN

Solåker

Nikkilän päiväkoti | Nickby daghem

Kirjastotalo | Bibliotekshuset

- Kunnan asiakaspalvelu info | Kommunens kundtjänst info
- Pääkirjasto | Huvudbibliotek
- Topeliussali | Topeliussalen

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta

- A Pääsisäänkäynti | Huvudingång
- B Sipoonjoen koulu
- C Kungsvägens skola (opiston kurssit | institutets kurser)
- D sisäänkäynti | ingång (opiston kurssit / institutets kurser)
- F sisäänkäynti | ingång
- G sisäänkäynti | ingång

Enter

- Sipoon lukio
- Keuda Sipo

Liikuntasali | Gymnastiksalen

Päiväkoti Pikkusydän | Daghemmet Lillhjärtat

Wessman-talo | Wessmanhuset

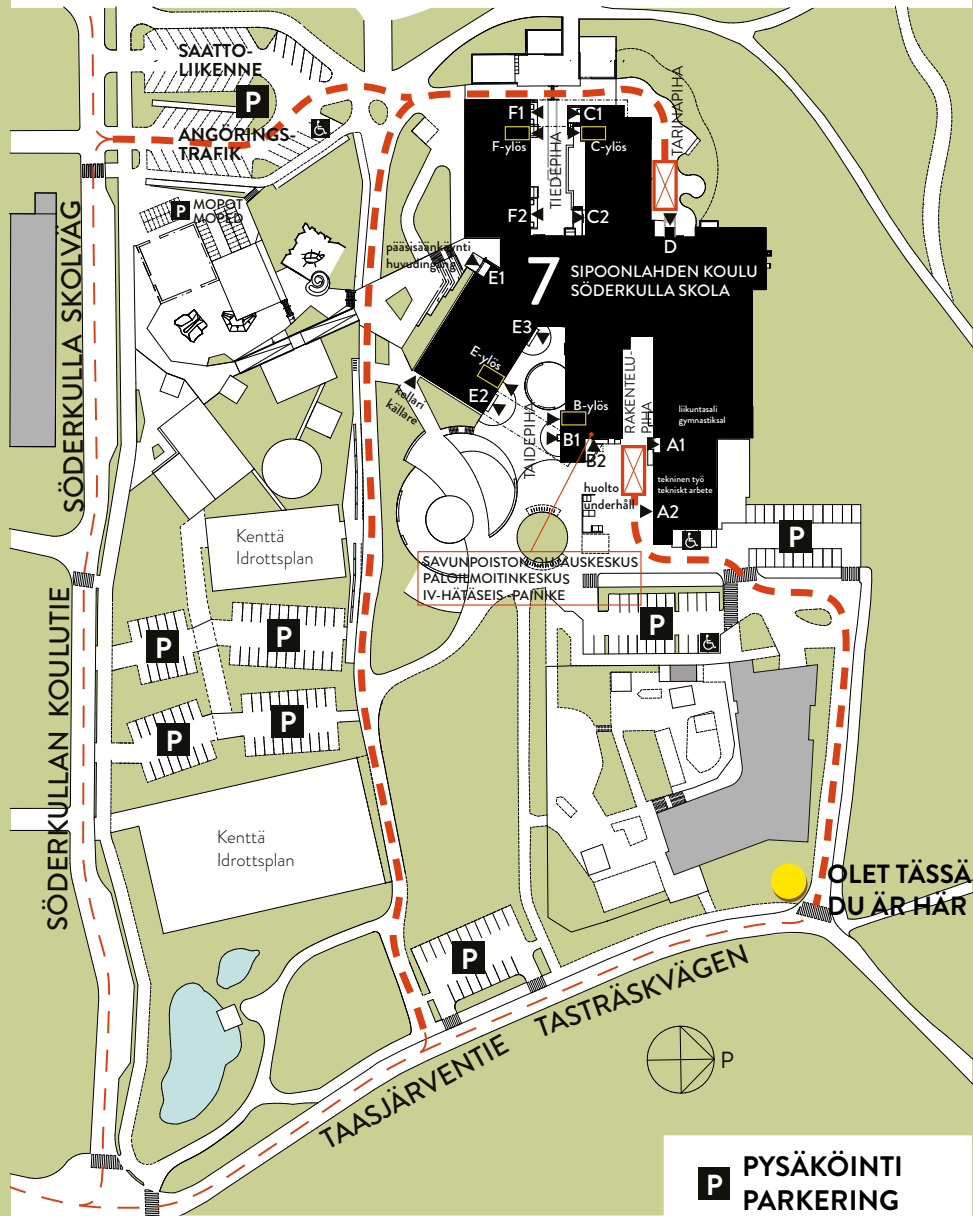
Nikkilän opistotalo | Nickby instituthus

- Sipoon opisto | Sibbo institut
- Nuorisopalvelut | Ungdomstjänster

Sibbo gymnasium

ALUEELLA TALLENTAVA KAMERAVALVONTA
BANDANDE KAMERAÖVERVAKNING PÅ OMRÅDET

MIILIN ALUE - MIILIOMRÅDET



- PELASTUSTIE
- RÄDDNINGSVÄG
- NOSTO-PAIKKA
- UPPSTÄLLNINGSPLOTS
- PORRASKÄYTÄVÄ
- TRAPPHUS

OPINTIEN ALUE LÄRDOMSVÄGENS OMRÅDET



- Opintie 6A** Iso liikuntasali /
Stora gymnastiksalen
Kutomo (ent. ruokala)
Vävning (fd. matsal)
- Opintie 6B** Opintien palvelupiste
Opintien liikuntatila /
Lärdomsvägens serviceställe
Lärdomsvägens idrottsutrymme



MUSIIKKI | MUSIK

Ilmoittautuminen koko lukuvuodelle.
Anmälning för hela läsåret.

KUOROT | KÖRER

Sipoon Sointu

1100101
Nikkilän opistotalo, mus. lk.
Ma 18.30–21.00
11.9.–27.11.2023, 15.1.–8.4.2024, 76,00 €
Päivi Bonde-Jensen

Sipoon Sointu syksyn kuoroleiri

1100102
Nikkilän opistotalo, mus. lk.
La–su 10.00–15.00
28.–29.10.2023, 32,00 €
Päivi Bonde-Jensen

Sipoon Sointu kevään kuoroleiri

1100103
Nikkilän opistotalo, mus. lk.
La–su 10.00–15.00
16.–17.3.2024, 32,00 €
Päivi Bonde-Jensen

Box sångkör

1100200
Boxby skola
Ons. 19.00–21.00
13.9.–29.11.2023, 13.1.–3.4.2024, 76,00 €
Patricia Lindström

Östersundom sångkör

1100202
Söderkulla, kyrka
Mån. 16.30–18.45
28.8.–13.11.2023, 15.1.–8.4.2024, 76,00 €

Roostaggarna

1100209
Servicehuset Linda
Tors. 11.00–12.30
14.9.–30.11.2023, 18.1.–13.4.2024, 32,00 €
Lasse Tackman

Sibbo sångarbröder

1100211
Nickby Hjärta, D117
Mån. 18.30–20.45
11.9.–27.11.2023, 15.1.–8.4.2024, 76,00 €
Martin Segerstråle

Sibbo vokalensemble

1100306
Nikkilän opistotalo mus. lk. | Nickby institut-
hus mus. kl.
Su | Sön. 18.15–20.15
10.9.–26.11.2023, 14.1.–14.4.2024, 76,00 €
Goda Marija Guzauskaite

Sibbo vokalensemble köräger | kuoroleiri

1100307
Artborg 35
La | Lör. 10.00–15.00, Su | Sön. 11.00–16.00
23.–24.3.2024, 32,00 €
Goda Marija Guzauskaite

Choralla kör för alla – kuoro kaikille

1100308
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D117
Ti | Tis. 18.00–19.30
12.9.–28.11.2023, 16.1.–2.4.2024, 72,00 €
Theresa Laurikka

Choralla kuoroviikonloppu |

Choralla kör veckoslut

1100309
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D117
Su | Sön. 11.00–16.00
22.10.2023, 16,00 €
Theresa Laurikka

Choralla kuoroviikonloppu |

Choralla kör veckoslut

1100310
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D117
Su | Sön. 11.00–16.00
17.3.2024, 16,00 €
Theresa Laurikka

LAULETAAN RYHMÄSSÄ |

VI SJUNGER I GRUPP

Yhteislaulu senioreille

1101104
Palvelutalo Elsie
Ke 11.30–13.00
13.9.–29.11.2023, 15.1.–4.4.2024, 55,00 €
Emma Kuntsi

Voimaa laulamista ja musiikista kevääseen

1101106
Lukkarin koulu, musiikkiluokka
Ke 18.15–20.15
24.4.–22.5.2024, 120,00 €
Johanna Maria Syväniemi

YKSINLAULU | SOLOSÅNG

Yksinlaulukurssi

1101107
Nikkilä
Ke 12.00–18.00
13.9.–29.11.2023, 17.1.–3.4.2024, 120,00 €
Tiina Sinkkonen

Yksinlaulukurssi

1101108
Nikkilä
Pe 12.00–18.00
15.9.–1.12.2023, 19.1.–12.4.2024, 120,00 €
Tiina Sinkkonen

Yksinlaulu

1102110
Lukkarin koulu, musiikkiluokka
Ma 18.30–20.00
11.9.–27.11.2023, 15.1.–8.4.2024, 120,00 €
Johanna Maria Syväniemi

Laulukurssi

1102112
Lukkarin koulu, musiikkiluokka
Ke 18.15–20.15
13.9.–29.11.2023, 17.1.–3.4.2024, 120,00 €
Johanna Maria Syväniemi

Näyttämölaulujen kurssi

1102114
Lukkarin koulu, musiikkiluokka
To 18.00–20.00
14.9.–30.11.2023, 18.1.–11.4.2024, 120,00 €
Johanna Maria Syväniemi

Yksinlaulu B | Solosång B

1102307
Kyrkoby skola, musiikkiluokka | musikklass
To | Tors. 15.30–19.00
14.9.–30.11.2023, 18.1.–11.4.2024, 120,00 €
Maria Bajars-Salakka

Yksinlaulu C | Solosång C

1102309
Kyrkoby skola, musiikkiluokka|musikklass
Ti | Tis. 15.30–19.00
12.9.–28.11.2023, 16.1.–2.4.2024, 120,00 €
Maria Baijars-Salakka

Yksinlaulun kesäkurssi | Sommarkurs i solosång

1102312
Kyrkoby skola, musiikkiluokka|musikklass
Ma | Mån –Pe | Fre. 10.00–14.00
3.–7.6.2024, 116,00 €
Maria Baijars-Salakka

Yksinlaulu | Solosång

1102314
Miili, D2011
To | Tors. 16.00–20.15
14.9.–30.11.2023, 18.1.–11.4.2024, 120,00 €
Theresa Laurikka

Yksinlaulu | Solosång

1102315
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D116
Ma | Mån. 15.30–19.15
11.9.–27.11.2023, 15.1.–8.4.2024, 120,00 €
Theresa Laurikka

Pop-laulua yli 10-v. nuorille | Pop-sång för barn över 10 år

1102322
Nikkilän opistotalo, mus. lk. | Nickby insti-
tuthus, mus.kl
Ke | Ons. 14.30–18.30
6.9.–22.11.2023, 10.1.–27.3.2024, 120,00 €
Päivi Hietanen

PIANO

Pianonsoiton alkeis- ja jatkokurssi | Piano för nybörjare och längre hunna

1103310
Nikkilän opistotalo, mus. lk. | Nickby insti-
tuthus, mus.kl
Ke | Ons. 19.00–21.00
6.9.–22.11.2023, 10.1.–27.3.2024, 120,00 €
Päivi Hietanen

Lasten pianokoulu yli 7-v. | Pianoskola för barn över 7 år

1103312
Nikkilän opistotalo, mus. lk. | Nickby insti-
tuthus mus.kl.
To | Tors. 14.30–18.30
7.9.–23.11.2023, 11.1.–4.4.2024, 120,00 €
Päivi Hietanen

Pianonsoiton alkeis- ja jatkokurssi | Pia- no för nybörjare och längre hunna

1103314
Nikkilän opistotalo, mus. lk. | Nickby insti-
tuthus, mus.kl
To 19.00–21.00
7.9.–23.11.2023, 11.1.–4.4.2024, 120,00 €
Päivi Hietanen

Pianonsoiton alkeis- ja jatkokurssi | Pia- no för nybörjare och lite längre hunna

1103320
Miili D2011
Ma | Mån. 15.00–21.00
4.9.–20.11.2023, 8.1.–25.3.2024, 120,00 €
Päivi Hietanen

Pianonsoiton alkeis- ja jatkokurssi | Pia- no för nybörjare och lite längre hunna

1103331
Boxby skola
Ti | Tis. 18.00–21.00
5.9.–21.11.2023, 9.1.–26.3.2024, 120,00 €
Päivi Hietanen

Pianonsoiton alkeis- ja jatkokurssi | Pia- no för nybörjare och fortsättning

1103334
Miili D2011
Ti | Tis. 15.00–17.00
5.9.–21.11.2023, 9.1.–26.3.2024, 120,00 €
Päivi Hietanen

Pianonsoiton alkeis- ja alkeisjatkokurssi | Piano för nybörjare och nybörjar och fortsättning

1103335
Miili D2011
Pe | Fre. 15.00–17.00
8.9.–24.11.2023, 12.1.–5.4.2024, 120,00 €
Päivi Hietanen

KITARA | GITARR

Kitara, yksityisopetus

1104115
Miili D2008
Ma 15.30–18.30
11.9.–27.11.2023, 15.1.–10.4.2024, 120,00 €
Jaakko Järvinen

Kitara, yksityisopetus

1104116
Nikkilän Sydän, C104
Pe 15.30–18.00
15.9.–1.12.2023, 19.1.–12.4.2024, 120,00 €
Jaakko Järvinen

Kitara, yksityisopetus

1104117
Nikkilän Sydän, C107
To 15.30–19.00
14.9.–30.11.2023, 18.1.–11.4.2024, 120,00 €
Jaakko Järvinen

Kitara, yksityisopetus

1104118
Nikkilän Sydän, C104
Ti 15.30–19.00
12.9.–28.11.2023, 16.1.–2.4.2024, 120,00 €
Jaakko Järvinen

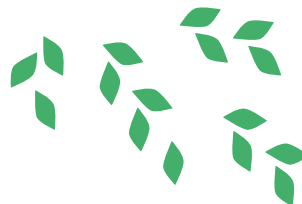
Kitara, yksityisopetus

1104119
Miili D2008
Ke 15.30–18.00
13.9.–29.11.2023, 17.1.–3.4.2024, 120,00 €
Jaakko Järvinen

VIULU | VIOLIN

Viulun- ja alttoviulun yksityisopetus

1105120
Nikkilän opistotalo, teorialuokka
Pe 14.30–19.45
15.9.–1.12.2023, 19.1.–12.4.2024, 120,00 €
Liisa Karhu-Pearlman



HARMONIKKA | DRAGSPEL

Harmonikansoitto

1106132
Nikkilän Sydän, D117
Ke 18.00–20.30
13.9.–29.11.2023, 17.1.–3.4.2024, 120,00 €
Elise Valin-Raki

TORVI- JA PUHALLINMUSIKKIA | HORN- OCH BLÅSMUSIK

Torvi- ja puhallinmusiikkia | Horn- och blåsmusik

1107312
Boxby skola
To | Tors. 18.30–20.30
14.9.–30.11.2023, 18.1.–11.4.2024, 57,00 €

RUMMUT | TRUMMOR

Rumpujensoiton yksityistunnit

1108125
Nikkilän opistotalo, mus. lk.
Ti 14.30–21.00
12.9.–28.11.2023, 16.1.–2.4.2024, 120,00 €
Janne Petteri Mathlin

PELIMANNIMUSIKKIA | SPELMANSMUSIK

Pelimannimusiikki | Spelmansmusik

1110314
Boxby skola
Ma | Mån. 18.00–19.30
11.9.–27.11.2023, 15.1.–8.4.2024, 57,00 €

MUSIIKIN TEKNOLOGIA

Musiikin teknologia ja tuotanto, intensiivikurssi

1112130 syksy | 1112131 kevät
Hinthaaran musatalo
La ja su 10.00–18.00
Viikonloppukurssi, päivämäärät vahviste-
taan myöhemmin
Syksy, 76 €
Kevät, 76 €
Petteri Salmi



KUVATAITEET | BILDKONST

MAALAUS JA PIIRUSTUS | MÅLNING OCH TECKNING

Kuvataidepaja

1113100 syksy | 1113101 kevät
Sininen halli, maalaus
Ke 17.30–20.45
13.9.–29.11.2023, 50,00 €
17.1.–3.4.2024, 50,00 €
Maaretta Caselius

Kuvataidepäiväkurssi

1113104 syksy | 1113105 kevät
Sininen halli, maalaus
To 10.00–13.15
14.9.–30.11.2023, 50,00 €
18.1.–11.4.2024, 50,00 €
Maaretta Caselius

Maalaan musiikkia, syksy

1113106
Sininen halli, maalaus
La ja su 10.00–15.30
16.9.–1.10.2023, 54,00 €
Maaretta Caselius

Runomaalaus, kevät

1113107
Sininen halli, maalaus
La ja su 10.00–15.30
27.1.–11.2.2024, 54,00 €
Maaretta Caselius

Akvarellimaalaus, syksy

1113108
Sininen halli, maalaus
La ja su 10.00–15.30
25.–26.11.2023, 44,00 €
Maaretta Caselius

Elävän mallin piirustus

1113120 syksy | 1113121 kevät
Sininen halli, maalaus
La ja su 10.00–15.30
28.–29.10.2023, 44,00 €
16.–17.3.2024, 44,00 €
Tapio Olenius
Opistolta on mahdollisuus ostaa hilet, lito-
poster-paperit ja säämiskä, yht. 5 euroa.

Perjantaimaalaus | Fredagsmålning

1113302 syksy / höst | 1113303 kevät / vår
Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning
Pe | Fre. 18.00–21.15
15.9.–1.12.2023, 50,00 €
19.1.–12.4.2024, 50,00 €
Riitta Posti

Maalauksen jatkokurssi

1113304 syksy | 1113305 kevät
Sininen halli, maalaus
To | Tors. 18.00–21.15
14.9.–30.11.2023, 50,00 €
18.1.–11.4.2024, 50,00 €
Riitta Posti

Maalaustyöpaja | Måleriverkstad

1113308 syksy / höst | 1113309 kevät / vår
Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning
Ma | Mån. 18.00–21.15
11.9.–27.11.2023, 50,00 €
15.1.–8.4.2024, 50,00 €
Erik Creutziger

Maalaustyöpaja päivällä |

Måleriverkstad dagtid
1113310 syksy / höst | 1113311 kevät / vår
Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning
Ti | Tis. 12.30–15.45
12.9.–28.11.2023, 50,00 €
16.1.–2.4.2024, 50,00 €
Erik Creutziger

Kiinalainen maalaustaide ja kalligrafia |

Kinesiskt måleri och kalligrafi
1113340 syksy / höst | 1113341 kevät / vår
Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning
Su | Sön. 12.00–17.45
10.9.–19.11.2023, 52,00 €
4.2.2024–21.4.2024, 52 €
Liuhuo Wang

GRAFIikka | GRAFIK

Taidegrafiikka | Konstgrafik

1114320 syksy / höst | 1114321 kevät / vår
Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, all-
mänklass
To | Tors. 17.30–20.45
14.9.–30.11.2023, 50,00 €
18.1.–11.4.2024, 50,00 €
Ritva Sirjala

Monotypia | Monotypi

1114325
Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, all-
mänklass
Pe | Fre. 18.00–21.15, la | lör. 10.00–15.00
6.–7.10.2023, 28,00 €
8.–9.3.2024, 28,00 €
Ritva Sirjala

KERAMIikka | KERAMIK

Keramiikan päiväkurssi

1115100 syksy | 1115101 kevät
Sininen halli, keramiikka
Ma 13.45–17.00
11.9.–27.11.2023, 62,00 €
15.1.–1.4.2024, 62,00 €
Jenna Meyer-Virkajärvi

Keramiikkaa ja veistoksia

1115103 syksy ja kevät
Sininen halli, keramiikka
To 13.45–17.00
14.9.–30.11.2023, 18.1.–11.4.2024, 124,00 €
Jenna Meyer-Virkajärvi

Keramiikan jatkokurssi

1115107 syksy ja kevät
Sininen halli, keramiikka
Ma 17.00–20.15
11.9.–27.11.2023, 15.1.–1.4.2024, 124,00 €
Jenna Meyer-Virkajärvi

Keramiikan jatkokurssi

1115109 syksy ja kevät
Sininen halli, keramiikka
To 17.00–20.15
14.9.–30.11.2023, 18.1.–11.4.2024, 124,00 €
Jenna Meyer-Virkajärvi

Grafiikkaa keramiikalle

1115120
Sininen halli, keramiikka
Pe 17.00–21.00, la 10.00–16.45
12.–13.1.2024, 44,00 €
Jenna Meyer-Virkajärvi
Materiaalimaksu sisältyy kurssin hintaan.

Sushi-astiat paperisavesta

1115121 syksy
Sininen halli, keramiikka
Ke 17.00–21.00, la 10.00–16.00
11. ja 29.11.2023, 50,00 €
Jenna Meyer-Virkajärvi
Materiaalimaksu sisältyy kurssin hintaan.

Sushi-astiat paperisavesta

1115122 kevät
Sininen halli, keramiikka
Ke 17.00–21.00, la 10.00–16.00
23.3. ja 17.4.2024, 50,00 €
Jenna Meyer-Virkajärvi
Materiaalimaksu sisältyy kurssin hintaan.

Keramiikkakurssi

1115130 syksy | 1115131 kevät
Sininen halli, keramiikka
Ke 10.00–13.15
13.9.–29.11.2023, 62,00 €
17.1.–3.4.2024, 62,00 €
Jaana Kiviluoma

Söderkullan keramiikka

1115132 syksy | 1115133 kevät
Miili, D2017
Ti 16.00–19.15
12.9.–28.11.2023, 62,00 €
16.1.–2.4.2024, 62,00 €
Jaana Kiviluoma

Keramiikka | Keramik

1115300 syksy / höst | 1115301 kevät / vår
Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Ti | Tis. 17.45–21.00
9.9.–28.11.2023, 62,00 €
16.1.–2.4.2024, 62,00 €
Linda Öhman

Jouluinen perhekeramiikkapaja | Keramikverkstad inför jul för hela familjen

1115309
Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Ti | Tis. 17.45–19.15, ke | ons. 17.45–21.00
22.11. ja 12.12.2023, 20,00 €
Linda Öhman
Opettajalle maksetaan erillinen materiaalimaksu. Muista ilmoittaa sekä aikuinen että lapsi. | Materialkostnaden betalas till läraren. Kom ihåg att anmäla både vuxen och barn.

Japanilaiset teekulhot ja rakupolttopäiväkurssi

1115151
Sininen halli, keramiikka
Ma, to ja pe 13.45–17.00, la 10.00–17.00
8.4.–4.5.2024, 99,00 €
Jenna Meyer-Virkajärvi
Ma 8. ja to 11.4. valmistetaan teekulhot, pe 3.5. ne lasitetaan, la 4.5. on rakupolttopäivä. Materiaalimaksu sisältyy kurssin hintaan.

Japanilaiset teekulhot ja rakupolttopäiväkurssi

1115152
Sininen halli, keramiikka
Ma, to ja pe 17.00–20.15, su 10.00–17.00
8.4.–5.5.2024, 99,00 €
Jenna Meyer-Virkajärvi
Ma 8.4. ja to 11.4. valmistetaan teekulhot, pe 3.5. ne lasitetaan, su 5.5. on rakupolttopäivä. Materiaalimaksu sisältyy kurssin hintaan.

VALOKUVAUS

Valokuvauksen perusteet järjestelmämäärällä

1117111
Nikkilän opistotalo, teorialuokka
Ke 18.00–19.30
31.1.–17.4.2024, 29,00 €
Päivi Sivonen

Uuden digikameran kanssa sinuksi

1117110
Nikkilän opistotalo, teorialuokka
La 9.9.2023–23.9.2023, 29,00 €
Päivi Sivonen

Syanotypia – vanha valokuvatekniikka

1117362
Sininen halli, yleisluokka
Pe 17.30–20.45 ja la 10.00–15.00
17.5.–18.5.2024, 35,00 €
Joanna Kopra

MUUT TAIDEAINEET

Meditatiivinen maalaus

1119132
Martinkylän opistotalo, liikuntasali
Ti 18.00–20.30
12.9.–10.10.2023, 24,00 €
Leena Junnila

Keho, liike ja maalaus

1119134
Martinkylän opistotalo, liikuntasali
Ti 18.15–20.30
16.1.–13.2.2024, 24,00 €
Leena Junnila

Hiljainen maalaus

1119133 syksy | 1119135 kevät
Martinkylän opistotalo, liikuntasali
Ti 18.15–20.30
27.2.–26.3.2024, 29,00 €
Leena Junnila

Elämän värit – voimavaroja ja uudistumista taideterapeuttisin menetelmin

1119140
Martinkylän opistotalo, liikuntasali
La ja su 10.00–15.45
11.–12.11.2023, 44,00 €
Tiina Nevanperä

Ota yhteyttä:
sipoon.opisto@sipoo.fi

TOIVOMUKSIA,
KYSYMYKSIÄ,
KRITIIKKIÄ,
PALAUTETTA?





KÄDENTÄIDOT | HANTVERK

KUDONTA | VÄVNING

Kudontakursseilla tehdään kurssilaisten toiveiden mukaisia kudonnaisia yhteisloimiin. Kankaiden suunnittelu ja rakentaminen sekä kudonnan aloitus tapahtuu kurssikoontumisissa. Varsinainen kudonta tapahtuu omalla ajalla, joten varaathan siihen aikaa omalla kudontavuorollasi. Kurssilla voi kutoa mm. erilaisia kodin tekstiilejä, mattoja, kaitaliinoja, huopia ja huiveja. Opettaja on paikalla noin joka toinen viikko, yhteensä 7 kertaa / lukukausi Paippisten ja Martinkylän ryhmissä. Ensimmäisellä kerralla sovitaan opettajan kanssa kokoontumiskerrat. Nikkilän ja Söderkullan ryhmissä lukukauden alussa ennen syys- tai talvilomaa opettaja on joka viikko paikalla, sen jälkeen joka toinen kerta, yht. 9 kertaa. Kurssihinta vaihtelee sen mukaan, miten opettaja on paikalla.

Vi planerar och sätter tillsammans upp olika vävar enligt deltagarnas önskemål. Planeringen och byggandet av tygerna samt inledandet av vävningen sker under kursgångerna. Själva vävningen sker på egen tid, så reservera tid för detta under den vä-

vningstur. Du kan under kursen väva t.ex. olika textilier till hemmet, mattor, dukar, filtar eller scarfar. Läraren är på plats ungefär varannan vecka, sammanlagt 7 gånger / termin i Paipis och Mårtensby. I Nickby och Söderkulla är läraren på plats varje gång i början av terminerna fram till höst- eller vinterlovet, sammanlagt 9 gånger. Kurspriset bestäms utgående från hur många gånger läraren är på plats.

Kudonnan alkeet

1140112
Opintien ruokala 6 A
Ma 17.30–20.00
4.9.–23.10.2023, 48,00 €
Sirkka Soinio

Erilaiset kankaan sidokset

1140115
Nikkilän opistotalon kutomo
Ti 18.00–20.30
16.1.2024.–5.3.2024, 48,00 €
Sirkka Soinio



Kierrätysmateriaalista seinätekstiili OPINTOPISTEKURSSI

1140130
Opintien ruokala 6 A
To 17.30–20.00
21.9.–23.11.2023, 40,00 €
Tupu Hult



Nikkilän kudonta | Vävning i Nickby

1140300 syksy / höst | 1140301 kevät / vår
Nikkilän opistotalon kutomo | Nickby institutus vävning
Ti | Tis. 17.30–20.00
5.9.–21.11.2023, 54,00 €
16.1.–2.4.2024, 54,00 €
Sirkka Soinio

Söderkullan kudonta | Vävning i Söderkulla

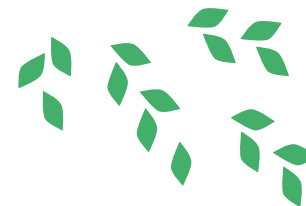
1140304 syksy / höst | 1140305 kevät / vår
Opintien ruokala 6 A | Lärdomsvägens matsal 6 A
Ke | Ons. 17.30–20.00
6.9.–22.11.2023, 54,00 €
17.1.–3.4.2024, 54,00 €
Sirkka Soinio

Widegårdin kudonta | Vävning i Widegård

1140308 syksy / höst | 1140309 kevät / vår
Norra Paipis, Widegård
Ma | Mån. 10.00–12.30 syksy / höst | 17.30–20.00 kevät / vår
4.9.–4.12.2023, 42,00 €
15.1.–8.4.2024, 42,00 €
syksy / höst *Ulrika Martin* |
kevät / vår *Sirkka Soinio*

Talman kudonta | Vävning i Tallmo

1140310 syksy / höst | 1140311 kevät / vår
Martinkylän opistotalo, kutomo | Mårtensby institutus, vävning
Ma | Mån. 18.00–20.30
11.9.–4.12.2023, 42,00 €
15.1.–15.4.2024, 42,00 €
Sirkka Paikkari



OMPELU / SÖMNAD

Nikkilän ompelukurssi

1141104 syksy | 1141105 kevät
Nikkilän Sydän, D307
Ti 18.00–20.30
12.9.–28.11.2023, 39,00 €
16.1.–2.4.2024, 39,00 €
Marjo Tani

Joulun ompeluanit

1141107
Opintien ruokala 6 A
La 15.00–22.00
18.11.2023, 28,00 €
Marjo Tani

Söderkullan ompeluanit

1141108
Opintien ruokala 6 A
La 15.00–22.00
6.4.2024, 28,00 €
Marjo Tani

Syksyn leninkilauantai

1141110
Miili, C2112
Pe 17.00–18.30, la 10.00–15.45
6.–7.10.2023, 28,00 €
Tessa Wennervirta

Kevään leninkilauantai

1141111
Miili, C2112
Pe 17.00–18.30, la 10.00–15.45
12.–13.4.2024, 28,00 €
Tessa Wennervirta

Kepparikurssi lapsille ja vanhemmille

1141115
Opintien ruokala 6 A
La 10.00–13.15
23.–30.9.2023, 18,00 €
Marjo Tani

Saumuri tutuksi

1141338
Miili, C2112
Ma | Mån. 17.30–20.45
22.1.–12.2.2024, 32,00 €
Tessa Wennervirta

LANKATYÖT | GARNARBETEN

Talman käsityökahvila

1142116 syksy | 1142117 kevät
Martinkylän opistotalo, teoria
To 14.00–16.45
14.9.–7.12.2023, 26,00 €
18.1.–11.4.2024, 26,00 €
Jaana Kiviluoma
Joka toinen viikko.

Huovutettu huivi

1142124
Opintien ruokala 6A
La 10.00–13.15
18.11.–25.11.2023, 26,00 €
Jaana Kiviluoma

Huovutus |

Курси валяння/Базовий курс валяння

1142122 syksy | 1142123 kevät
Sininen halli, yleisluokka
Ti 18.00–20.30
31.10.–21.11.2023, 37,00 €
5.–26.3.2024, 37,00 €
Anzhela Tomash

Kehruukurssi

1142141
Martinkylän opistotalo, kutomo
La ja su 10.00–15.30
11.–12.11.2023, 37,00 €
Kirsi Kostamo
Tarvikemaksu 10 € maksetaan opettajalle.

Makramee

1142300
Sininen halli, yleisluokka
La 10.00–16.00
27.1.2024, 25,00 €
Joanna Kopra

Söderkullan puikkopiiri | Sticka och virka i Söderkulla

1142302 syksy / höst | 1142303 kevät / vår
Söderkullan kirjasto, kokoushuone | Söder-
kulla bibliotek, mötesrummet
Ma | Mån. 17.30–20.00
11.9.–4.12.2023, 25,00 €
15.1.–8.4.2024, 25,00 €
Susanne Nybäck
Joka toinen viikko. | Varannan vecka.

Nypläys | Knyppling

1142310 syksy / höst | 1142311 kevät / vår
Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, all-
mänklass
Ke | Ons. 18.00–20.30
13.9.–29.11.2023, 39,00 €
17.1.–3.4.2024, 39,00 €
Vivan Rosenström

Värjää luonnonkasveilla ja sienillä

1143162
Sininen halli, yleisluokka
Pe 17.30–20.45, La 10.00–16.30
15.–16.9.2023, 35,00 €
Sirikka Soinio

MOSAIKKI JA LASITYÖT | MOSAİK OCH GLASARBETEN

Mosaiikin mahdollisuudet

1143105 syksy | 1143106 kevät
Sininen halli, keramiikka
Ke 18.00–19.30, La 10.00–16.00
13.–30.9.2023, 50,00 €
1.–17.2.2024, 50,00 €
Leena Nio

Tiffanytekniikka ja lasin sulatus | Tiffanyteknik och glassmältning

1145300 syksy / höst | 1145301 kevät / vår
Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, all-
mänklass
Ma | Mån. 17.45–21.00
11.9.–27.11.2023, 52,00 €
15.1.–8.4.2024, 52,00 €
Lilly Karlsson

KORUT | SMYCKEN

Hopeakorukurssilla on verstasmaksu 3 € /
kerta + tarvikemaksu 2 € / g. |
Verkstadsavgift 3 € / gång + materialavgift
2 € / g tillkommer.

Hopeakorukurssi A | Smyckessmide A

1144300 syksy / höst | 1144301 kevät / vår
Aurum i Borgå
Ke | Ons. 18.00–21.15
6.9.–13.12.2023, 52,00 €
17.1.–10.4.2024, 52,00 €
Ester Nurminen

Hopeakorukurssi B | Smyckessmide B

1144302 syksy / höst | 1144303 kevät / vår
Aurum i Borgå
Ke | Ons. 18.00–21.15
13.9.–20.12.2023, 52,00 €
10.1.–17.4.2024, 52,00 €
Ester Nurminen

Hopeakorukurssi viikonloppuna | Smyckessmide på veckoslut

1144310 syksy / höst | 1144311 kevät / vår
Aurum i Borgå
La | Lör. 10.00–15.00
11.–18.11.2023, 40,00 €
20.–27.4.2024, 40,00 €
Ester Nurminen

VERHOILU | MÖBELRENOVERING

Verhoilukurssseilla välinevuokra / pien-
tarvikemaksu 5 € maksetaan opettajalle,
peritään tarpeen mukaan tuolikohtaisesti. |
I möbelreoveringkurs betalas hyresavgift
för verktyg 5 € åt läraren.

Huonekalujen verhoilu | Möbelreovering

1150300 syksy / höst | 1150301 kevät / vår
Martinkylän opistotalo, verhoilu | Mårtens-
by institutthuset, möbelreovering
Ma | Mån. 18.00–21.15
11.9.–27.11.2023, 82,00 €
15.1.–8.4.2024, 82,00 €
Catarina Andersson

Huonekalujen verhoilu | Möbelreovering

1150302 syksy / höst | 1150303 kevät / vår
Martinkylän opistotalo, verhoilu | Mårtens-
by institutthuset, möbelreovering
Ma | Mån. 14.30–17.45
11.9.–27.11.2023, 82,00 €
15.1.–8.4.2024, 82,00 €
Catarina Andersson

Huonekalujen verhoilu | Möbelreovering

1150304 syksy / höst | 1150305 kevät / vår
Martinkylän opistotalo, verhoilu | Mårtens-
by institutthuset, möbelreovering
Ti | Tis. 10.00–13.15
12.9.–28.11.2023, 82,00 €
16.1.–2.4.2024, 82,00 €
Catarina Andersson

Huonekalujen verhoilu, viikonloppukurssi 1 | Möbelreovering, veckoslut 1

1150307
Martinkylän opistotalo, verhoilu | Mårtens-
by institutthuset, möbelreovering j
La ja su | Lör. och sön. 10.00–16.00
30.9.–1.10.2023, 58,00 €
Catarina Andersson

Huonekalujen verhoilu, viikonloppukurssi 2 | Möbelreovering, veckoslut 2

1150308
Martinkylän opistotalo, verhoilu | Mårtens-
by institutthuset, möbelreovering
La ja su | Lör. och sön. 10.00–16.00
18.–19.11.2023, 58,00 €
Catarina Andersson

Huonekalujen verhoilu, viikonloppukurssi 3 | Möbelreovering, veckoslut 3

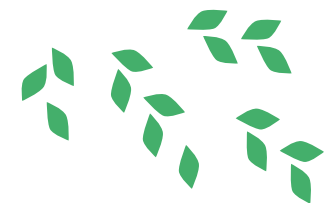
1150320
Martinkylän opistotalo, verhoilu | Mårtens-
by institutthuset, möbelreovering
La ja su | Lör. och sön. 10.00–16.00
2.–3.3.2024, 58,00 €
Catarina Andersson

Huonekalujen verhoilu, viikonloppukurssi 4 | Möbelreovering, veckoslut 4

1150321
Martinkylän opistotalo, verhoilu | Mårtens-
by institutthuset, möbelreovering
La ja su | Lör. och sön. 10.00–16.00
27.–28.4.2024, 58,00 €
Catarina Andersson

Huonekalujen verhoilu, kesäkurssi | Möbelreovering, sommarkurs

1150322
Martinkylän opistotalo, verhoilu | Mårtens-
by institutthuset, möbelreovering
Ma – pe | Mån – fre. 10.00–15.00
3.6.2023 – 7.6.2023, 120 €
Catarina Andersson



PUU- JA METALLITYÖT | TRE- OCH METALLSLÖJD

Omin käsin puusta ja metallista

1160100 syksy | 1160101 kevät
Miili, A1063
Ti 17.30–20.45
12.9.–28.11.2023, 55,00 €
16.1.–2.4.2024, 55,00 €
Pieti Haapala

Omin käsin puusta ja metallista

1160105 syksy | 1160106 kevät
Miili, A1063
To 17.30–20.45
14.9.–30.11.2023, 55,00 €
Kaj Sojakka

Tee oma puukko | Gör din kniv själv

1160380 syksy / höst | 1160381 kevät / vår
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D129
To | Tors. 18.00–21.15
14.9.–30.11.2023, 52,00 €
18.1.–4.4.2024, 52,00 €
Isak Poutanen

Keittiöveitsi, viikonloppukurssi | Kökskniv, veckoslutskurs

1160382
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D129
Pe | Fre. 18.00–19.45 ja / och 18.00–21.00,
La ja su | lör. och sön. 10.00–15.45
10.–26.11.2023, 63,00 €
Isak Poutanen

Puukko, viikonloppukurssi | Brukskniv, veckoslutskurs

1160383
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D129
Pe | Fre. 18.00–21.00, la ja su | lör. och sön.
10.00–15.45
12.–14.4.2024, 57,00 €
Isak Poutanen

Linkkari, viikonloppukurssi | Fällkniv, veckoslutskurs

1160384
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D129
Pe / Fre. 18.00–21.00, La ja su / lör. och sön.
10.00–15.45
10.–12.5.2024, 63,00 €
Isak Poutanen

MUUT KÄSITYÖKURSSIT | ÖVRIGA HANDSARBETSKURSER

Syyskranssi | Höstkrans

1143320
Opintien ruokala 6 A | Lärdomsvägens mat-
sal 6 A
La | Lör. 10.00–14.15
30.9.2023, 20,00 €
Linda Öhman

Havukranssi | Kranskurs

1143321
Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, all-
mänklass
Ke | Ons. 18.00–21.15
29.11.2023, 20,00 €
Linda Öhman

Kynttiläkurssi | Ljuskurs

1180110
Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, all-
mänklass
Pe | Fre. 17.30–20.45, La | Lör. 10.00–15.00
17.–18.11.2023, 18,00 €
Pirjo Pentti

Perhonsidonta

1198310
Sininen halli, keramiikka
La ja su 10.00–15.45
Viikonloppukurssi huhtikuussa 2024,
päivämäärät vahvistetaan myöhemmin,
49,00 €
Arto Tapio Meririnne

Polkupyörän perushuolto

1198312
Nikkilän opistotalo, teorialuokka
Ke 17.30–19.30, La 10.00–14.00
17.–20.4.2024, 29,00 €
Timo Nyman

Erityisryhmien askartelu

1143000 syksy / 1143001 kevät
Nikkilän Sydän, C104
Ma 18.00–19.30
11.9.–4.12.2023, 0,00 €
15.1.–15.4.2024, 0,00 €
Elise Valin-Raki



LUONTOKURSSIT | NATURKURSER

KOSMETIIKKA | KOSMETIK

Yksinkertaista luonnonkosmetiikkaa | Enkel naturkosmetik

1399320
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D306
Ti | Tis. 17.30–21.00
3.10.2023, 23,00 €
Ann-Marie Hagman

Yksinkertaista luonnonkosmetiikkaa | Enkel naturkosmetik

1399321
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D306
Ti | Tis. 17.30–21.00
27.2.2024, 23,00 €
Ann-Marie Hagman

Saippuan valmistus | Tvålkurs

1399322
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D306
Pe | Fre. 17.30–21.00, La | Lör. 13.00–16.00
27.–28.10.2023, 29,00 €
Ann-Marie Hagman

Saippuan valmistus | Tvålkurs

1399323
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D306
Pe | Fre. 17.30–21.00, La | Lör. 13.00–16.00
15.–16.3.2024, 29,00 €
Ann-Marie Hagman

Kehittyneempää luonnonkosmetiikkaa | Avancerad naturkosmetik

1399324
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D306
Ti | Tis. 17.30–21.00
28.11.2023, 23,00 €
Ann-Marie Hagman

Kehittyneempää luonnonkosmetiikkaa | Avancerad naturkosmetik

1399325
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D306
Ti | Tis. 17.30–21.00
16.4.2024, 23,00 €
Ann-Marie Hagman



PUUTARHALOUS | TRÄDGÅRD & BLOMMOR

Satoa oman pihan viljelylaatikosta

8102100
Noitapuisto
Su 10.00–15.45
19.5.2024, 25,00 €
Tupu Hult

Matka omavaraisuuteen

8102200
Noitapuisto
Ti 17.00–19.30
7.–28.5.2024, 42,00 €
Tupu Hult

KUKKIEN SIDONTA | BLOMBINDNING

Kursseilla opettajalta voi ostaa kaiken tarvittavan materiaalin. Materiaalimaksu käytön mukaan n. 10-30€.

Sidotaan syksyinen kukkakimppu! A

7103100
Nikkilän opistotalo, teorialuokka
Ke 19.00–21.00
13.9.2023, 14,00 €
Heli Palomäki

Sidotaan syksyinen kranssi! A

7103101
Nikkilän opistotalo, teorialuokka
Ke 19.00–21.00
20.9.2023, 14,00 €
Heli Palomäki

Sidotaan syksyinen kukkakimppu! B

7103102
Nikkilän opistotalo, teorialuokka
Ke 19.00–21.00
25.10.2023, 14,00 €
Heli Palomäki

Sidotaan syksyinen kranssi! B

7103104
Nikkilän opistotalo, teorialuokka
Ke 19.00–21.00
8.11.2023, 14,00 €
Heli Palomäki

Sidotaan keväinen pääsiäiskranssi!

7103105
Nikkilän opistotalo, teorialuokka
Ke 19.00–21.00
20.3.2024, 14,00 €
Heli Palomäki

Sidotaan keväinen pääsiäiskimppu!

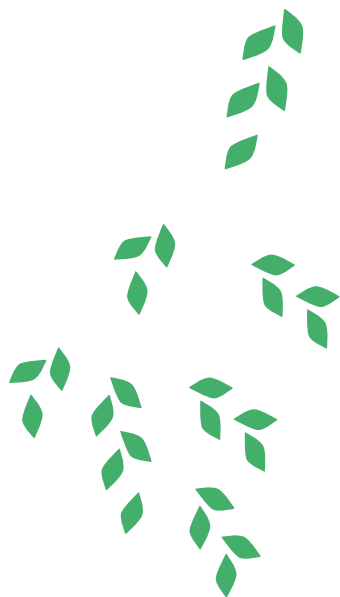
7103106
Nikkilän opistotalo, teorialuokka
Ke 19.00–21.00
27.3.2024, 14,00 €
Heli Palomäki

Sidotaan keväinen kukkakimppu!

7103107
Nikkilän opistotalo, teorialuokka
Ke 19.00–21.00
3.4.2024, 14,00 €
Heli Palomäki

Sidotaan keväinen kranssi!

7103108
Nikkilän opistotalo, teorialuokka
Ke 19.00–21.00
10.4.2024, 14,00 €
Heli Palomäki



KIELET | SPRÅK

SUOMI | FINSKA

Suomen alkeet A1, verkkokurssi, Finnish for Beginners, Основи фінської мови A1. Весняні онлайн-курси

1201102
Etäopetus
Ke 16.30–18.00
13.9.–29.11.2023, 17.1.–3.4.2024, 36,00 €
Antti Tapaninaho

Suomen helppo keskustelukurssi A2, verkkokurssi

1201104
Etäopetus
Ke 18.00–19.30
13.9.–29.11.2023, 17.1.–3.4.2024, 69,00 €
Antti Tapaninaho

RUOTSI | SVENSKA

Swedish for beginners A1, OPINTOPISTEKURSSI

1202101
Nikkilän opistotalo, teorialuokka
Wed 14.30–16.00
13.9.–29.11.2023, 17.1.–3.4.2024, 69,00 €
Hanna Fridolfsson

Ruotsin keskustelukurssi B1 OPINTOPISTEKURSSI

1202102
Nikkilän opistotalo
Ke 16.15–17.45
13.9.–29.11.2023, 17.1.–3.4.2024, 69,00 €
Hanna Fridolfsson

Roligt på svenska!

1202106
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C108
Ti | Tis. 16.55–17.55
12.9.–28.11.2023, 16.1.–2.4.2024, 69,00 €
Theresa Laurikka

Ruotsin alkeiskurssi A.1 OPINTOPISTEKURSSI

1202107
Miili, B2027
Ke 18.15–19.45
13.9.–29.11.2023, 17.1.–3.4.2024, 69,00 €
Hanna Fridolfsson

ENGLANTI | ENGELSKA

English conversation

1203300
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C103
Ke | Ons. 17.30–19.00
13.9.–29.11.2023, 17.1.–3.4.2024, 69,00 €
Colum Mac Oireachtaigh



SAKSA | TYSKA

Diskussionsclub Deutsch, B1–B2 | Diskussionsclub Deutsch, B1–B2

1204302
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C104
To | Tors. 17.00–18.30
14.9.–23.11.2023, 18.1.–11.4.2024, 69,00 €
Nina Rauho

RANSKA | FRANSKA

Cours de conversation Ranskan jatko B1

1205300
Miili, B2030
Ma 16.30–18.00
11.9.–27.11.2023, 15.1.–1.4.2024, 69,00 €
Romain Pinoteau

RYSKA | VENÄJÄ

PORA 1, Venäjän alkeet A1 | PORA 1 Elementärkurs i ryska A1

1206301
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C104
Ma | Mån. 17.30–19.00
18.9.–4.12.2023, 22.1.–15.4.2024, 69,00 €
Kaarina Nazarenko

ESPANJA | SPANSKA

Ya hablo un poco de español fortsättning C nätkurs

1207105
Distansundervisning
To 18.00–19.30
14.9.–30.11.2023, 16.1.–11.4.2024, 69,00 €
Sheila Tackman

Spanska för nybörjare - Pronto hablo español A1 nätkurs

1207200
Distansundervisning
Tors. 14.00–15.30
14.9.–1.12.2023, 18.1.–11.4.2024, 69,00 €
Sheila Tackman

Club Español, keskustelukurssi B2–C1 | Club Español, diskussionkurs B2–C1

1207304
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C103
Ma | Mån. 17.00–18.30
18.9.–4.12.2023, 15.1.–8.4.2024, 69,00 €
Ricardo Parada

Español Avanzado nivel 2, jatkokurssi B1-B2 | Español Avanzado nivel 2, fortsättningkurs B1-B2

1207308
Miili, B2030
Ke | Ons. 17.00–18.30
20.9.–13.12.2023, 17.1.–3.4.2024, 69,00 €
Ricardo Parada

Espanol Elemental nivel 1, jatkokurssi A1 | Espanol Elemental nivel 1 fortsättningskurs A1

1207312
Miili, B2030
Ke | Ons. 18.30–20.00
20.9.–13.12.2023, 17.1.–3.4.2024, 69,00 €
Ricardo Parada

ITALIA | ITALIENSKA

Välimeren maiden kielet A1, lyhytkurssi

1208100
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C104
La 09.00–10.30
4.–12.11.2023, 18,00 €
Antti Tapaninaho

Matkailuitalian lyhytkurssi A1

1208101
Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C104
La 11.00–12.30
4.–12.11.2023, 18,00 €
Antti Tapaninaho

Italian jatkokurssi A2-B1

1208105
Etäopetus
Ke 19.30–21.00
13.9.–29.11.2023, 17.1.–3.4.2024, 69€
Antti Tapaninaho

Italian alkeet, verkkokurssi

1208107
Etäopetus
Ke 18.15–19.45
13.9.–29.11.2023, 17.1.–3.4.2024, 69€
Antonio Di Domenico

KREIKKA | GREKISKA

Nykykreikankielen jatkokurssi A2.2

1298100
Nikkilän Sydän, C106
Ma 18.00–19.30
4.9.–20.11.2023, 15.1.–8.4.2024, 69,00 €
Evangelos Velentzas

Kreikan alkeet A1

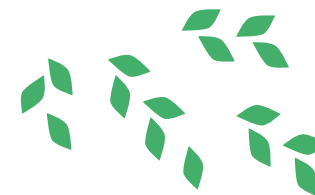
1298102
Nikkilän Sydän, C106
Ma 19.30–21.00
4.9.–20.11.2023, 15.1.–8.4.2024, 69,00 €
Evangelos Velentzas

Nykykreikkaa matkailijoille, intensiivikurssi A1–A2, monimuoto-opetus

1298104
Nikkilän Sydän, C106
Ma 18.30–20.45
8.4.–13.5.2024, 28,00 €
Evangelos Velentzas

”En trevlig och bra lärare, man har väldigt roligt på timmarna och lär sig en hel del. Rekommenderar kursen.”

-Kundfeedback om English conversation.



KIELEN TAITOTASOT A1-C

Perustaso

A1 Alkeistaso
Kielen perusteiden hallinta
Selviytyjän taso
Sosiaalinen kanssakäyminen

Keskitaso

B1 Kynnystaso
Selviytyminen matkoilla
B2 Osaajan taso
Työelämän sujuva kielitaso

Ylin taso

C Taitajan taso
Monipuolinen kielellinen ilmaisu

KUNSKAPSNIVÅN I SPRÅK A1-C

Grundnivå

A1 Nybörjarnivå
Elementära språkkunskaper
A2 Jag klarar mig
Sociala språkliga situationer

Medelnivå

B1 Tröskelnivå
Jag klarar mig då jag reser
B2 Expertnivå
Flytande arbetsspråk

Högsta nivån

C Avancerad språkanvändare
Mångsidig språkkunskap

”Erinomainen kurssi opiskella espanjan keskustelutaitoja ja pitää yllä omaa kielitaitoa. Erittäin hyvä ja inspiroiva opettaja.”

-Asiakaspalaute Club Español -kursista.



KULTTUURI, YHTEISKUNTA JA TALOUS | KULTUR, SAMHÄLLE OCH EKONOMI

VIESTINTÄ | KOMMUNIKATION

Viestinnän perusteet suomen kielellä, verkkokurssi

1203305
Ma 17.30–19.00
11.9.–27.11.2023, 35,00 €
Kia Lindström

Viestinnän jatkokurssi, verkkokurssi

1203306
Ma 17.30–19.00
15.1.–8.4.2024, 35,00 €
Kia Lindström

KULTTUURI | KULTUR

Kirjojen Kirja – Tutustu Bestselleriin!, verkkokurssi

1301100
Ti 19.00–20.00
19.9.–28.11.2023, 24,00 €
Raili Tanskanen

Kirjojen Kirja – Tutustu Bestselleriin!, verkkokurssi

1301101
Ti 19.00–20.00
23.1.–2.4.2024, 24,00 €
Raili Tanskanen

Kulttuuripiiri Nikkilä

1302100
Nikkilä, kirjasto, Topeliussali
Ti 15.00–16.30
12.9.–7.11.2023, 26,00 €
Eija Olsson

LUENNOT | FÖRELÄSNINGAR

Tutustumme Teamsin kautta pidettävässä viiden kerran verkkoluentosarjassa myyttien rikkaaseen maailmaan taiteen kautta. Vieraillemme kuvataiteen lisäksi myös musiikin, kirjallisuuden ja populaarikulttuurin puolella:

1. Narkissos ja Pygmalion – kuviin rakastuvat miehet
2. Antiikin maailman synty Khaoksesta Pandoraan
3. Judith, Susanna, Delila – Raamatun merkittäviä naisia
4. Maailman ensimmäinen hämähäkki eli myyttisiä muodonmuutoksia
5. Liian lähelle aurinkoa – Theseuksen tarina, Ariadnen lanka ja Ikaros

Myyttiset kertomukset taiteessa - luentosarja, verkkokurssi

1302102
To 18.00–19.30
14.9.–12.10.2023, 28,00 €
Maria Ollikainen

Joulu taiteessa

1302104
Nikkilä, kirjasto, Topeliussali
Ma 18.00–19.30
27.11.2023, 13,00 €
Maria Ollikainen

SIJOITTAMINEN | PLACERANDE

Sijoittamisen perusteet

3101100
Nikkilän Sydän, C103
Ti 19.00–20.30
16.1.–27.2.2024, 62,00 €
Sten-Erik Sandås

PALVELUMUOTOILU | SERVICE DESIGN

Palvelumuotoilun perusteet ja menetelmät, alkeiskurssi 5 op, OPINTOPISTEKURSSI

3102300
Nikkilän Sydän, A305-306
Ke 18.00–20.30
13.9.–29.11.2023, 68,00 €
Kia Lindström



MARKKINOINTI | MARKNADSFÖRING

Markkinoinnin perusteet, verkkokurssi

3103100
Ti 17.30–20.30
12.9.–28.11.2023, 70,00 €
Kia Lindström

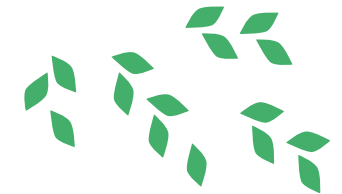
Markkinoinnin jatkokurssi, verkkokurssi

3103101
Ti 17.30–20.30
16.1.–2.4.2024, 70,00 €
Kia Lindström

TEATTERI JA ILMAISU | SCENKONST OCH DRAMA

Hyvän mielen improvisaatio

1102108
Paikka avoin
Ke 18.00–21.00
6.9.–5.12.2023, 3.1.–3.4.2024 120,00 €
Leena Weckström



*“Personally I believe
that your institute has
great added value
in many areas of the
society.”*

-Customer feedback.





TIETOTEKNIikka | DATATEKNIK

Digineuvonnat Sipoossa

3401100
Söderkullan Kirjasto
Ma 9.30–12.30
18.9.–11.12.2023, 22.1.–13.5.2024, 0,00 €
Tarja Ekholm

Digineuvonnat syyslukukaudella 2023:
18.9., 23.10., 20.11., 11.12.
Digineuvonnat kevätlukukaudella 2024:
22.1., 26.2., 18.3., 22.4., 13.5.

Nörttikerho

3401101, syksy | 3401101, kevät
Nikkilän opistotalo, teorialuokka
Ma 13.45–15.15
18.9.–27.11.2023, 24,00 €
22.1.–8.4.2024, 24,00 €
Tarja Ekholm

Älypuhelin ja tabletti tutuksi

3401103
Nikkilän opistotalo, yleisluokka
Pe 10.00–12.30
22.9.–13.10.2023, 16,00 €
Tarja Ekholm

Netin ilmaiset TV- ja videopalvelut

3401104
Nikkilän opistotalo, yleisluokka
27.10.–3.11.2023, 12,00 €
Pe 10.00–12.30
Tarja Ekholm

Excel-tehopäivä

3401105
Nikkilän opistotalo, yleisluokka
Su 10.00–14.15
19.11.2023, 20,00 €
Tarja Ekholm

Valokuvat ja älylaite

3401106
Nikkilän opistotalo, yleisluokka
Pe 10.00–12.30
26.1.–16.2.2024, 16,00 €
Tarja Ekholm

Pilvipalvelut

3401107
Nikkilän opistotalo, yleisluokka
Pe 10.00–12.30
8.–22.3.2024, 12,00 €
Tarja Ekholm

Kuvankäsittelyä Paint.NET-ohjelmalla

3401108
Nikkilän opistotalo, yleisluokka
Su 10.00–13.15
7.–14.4.2024, 16,00 €
Tarja Ekholm

Digiräädgiving i Sibbo

3401200
Söderkulla bibliotek
Ma 9.30–12.30
18.9.–31.12.2023, 1.1.–13.5.2024, 0,00 €
Inge Ekholm

Under höstterminen 2023: 18.9., 23.10.,
20.11., 11.12.
Under vårterminen 2024: 22.1., 26.2., 18.3.,
22.4., 13.5.

Grunderna i Officepaketet – distanskurs

3401221
Ons. 17.30–20.00
20.9.–15.11.2023, 28,00 €
Inge Ekholm

Office – Outlook, Kalendern och OneDrive – distanskurs

3401222
Ons. 17.30–20.00
17.1.–28.2.2024, 22,00 €
Inge Ekholm

Game programming in Godot – distanskurs

3401223
5.11.–3.12.2023, 3.3.–7.4.2024
Sön. 14.00–16.30, 36,00 €
Tobias Ekholm





NAVIGOINTI | NAVIGERING

NAVIGOINTI

Saaristomerenkulun kurssilla saa perustiedot vesillä liikkumisesta, merikartan käytöstä, paikanmäärytyksestä, merenkulun turvalaitteista, reittisuunnittelusta ja vesiliikenteen säännöistä. Rannikkonavigointi on saaristomerenkulun jatkokurssi. Kurseilla on mahdollisuus opetusmateriaalin yhteishankintaan (yht. n. 80 €) ensimmäisellä opetuskerralla sekä osallistua niiden päätteeksi Suomen Navigaatioliiton Laivuritutkintoihin.

Saaristomerenkulku

5102100
Miili, B2027
Ma 18.00–20.15
11.9.–20.11.2023, 68,00 €
Esa Makkonen

Rannikkonavigointi

5102104
Miili, B2028
Ma 18.00–20.15
15.1.–25.3.2024, 68,00 €
Esa Makkonen

NAVIGERING

Kustnavigation och Skärgårdsnavigation är intensivkurser. Kustnavigationens kursen är främst avsedd för elever som redan har avlagt skärgårdsskepparexamen eller som innehar motsvarande uppgifter men passar också för elever som bara har ett allmänt intresse för navigation och båtlivet. Materialet kostar sammanlagt ca 80 €. Skärgårdsnavigationens intensivkurs är ett komplett kurspaket som riktar in sig på alla som rör sig på sjön. Deltagarna kan efter genomgången kurs avlägga Finlands Navigationsförbunds examen i skärgårdsnavigation. En examenavgift på 30 € tillkommer i detta fall.

Skärgårdsnavigationens intensivkurs

5102200
Miili, B2028
Tis. 18.00–21.10
24.10.–28.11.2023, 59,00 €
Carl Schauman

Kustnavigation

5102201
Miili, B2028
Tors. 18.15–20.30
18.1.–11.4.2024, 68,00 €
Hannu Kavonius



SOSIAALI- JA TERVEYDEN- HOITO | SOCIAL- OCH HÄLSOVÅRD

SPR:n ensiapukurssit ovat virallisia sertifioituja koulutuksia, joista saa Punaisen Ristin ensiapukortin eli pätevyystodistuksen.

SPR Ensiapukurssi EA1® (16h)

6101100
Nikkilä
La 9.00–16.30, su 9.00–16.30
28.–29.10.2023, 70,00 €
Punaisen Ristin ensiavun ja terveystiedon kouluttaja (ETK)

Kursen følger Röda Korsets program och berättigar till FHJ 1-kort.

Kurs i Första Hjälpen FH1® (16 t)

6101200
Nickby institutthuset, mus.kl.
Lör. 9.00–16.30, sön. 9.00–16.30
18.–19.11.2023, 70,00 €
Punaisen Ristin ensiavun ja terveystiedon kouluttaja (ETK)

Mielenterveyden ensiapu-1-koulutuksessa mielenterveyttä lähestytään osana terveystiedon koulutukseen osallistunut saa Mieli ry:n todistuksen ja arviointikyselyn.

Mielenterveyden ensiapu-1

6101105
Miili, B2030
La 9.00–16.00, su 9.00–16.00
7.–8.10.2023, 50,00 €
Marita Leppänen

Mielenterveyden ensiapu-2 tarjoaa tutkittua tietoa mielenterveydestä sekä valmiuksia auttaa ja tukea ihmistä, jolla on mielenterveyden ongelmia. Koulutukseen osallistunut saa Mieli ry:n todistuksen ja arviointikyselyn.

Mielenterveyden ensiapu-2: Haavoittuva mieli, tunnista ja tue

6101106
Miili, B2030
La 9.00–16.00
13.–20.1.2024, 50,00 €
Marita Leppänen



KOTITALOUS | HUSLIG EKONOMI

Kurssihintaan sisältyy materiaalimaksu 15€. HUOM Aikuinen ja lapsi -kursseille on ilmoitettava molemmat osallistujat erikseen!

Leivontaa satokauden antimista yhdessä lapsen kanssa

8102101
Nikkilän Sydän, D306
La 10.30–13.30
23.9.2023, 35,00 €
Mari Pasanen

Espanjalaisen keittiön helmet

8102102
Nikkilän Sydän, D306
Ke 17.15–20.30
27.9.2023, 35,00 €
Mari Pasanen

Makumatka Intiaan

8102103
Nikkilän Sydän, D306
Ke 17.15–20.30
4.10.2023, 35,00 €
Mari Pasanen

Kaameat Halloween-leivonnaiset yhdessä lapsen kanssa!

8102104
Nikkilän Sydän, D306
La 10.30–13.30
28.10.2023, 30,00 €
Mari Pasanen

Kasvisruokamatka maailmalle

8102105
Nikkilän Sydän, D306
Ke 17.15–20.30
8.11.2023, 35,00 €
Mari Pasanen

Ruokamatka Afrikan halki

8102106
Nikkilän Sydän, D306
Ke 17.15–20.30
22.11.2023, 35,00 €
Mari Pasanen

Ketogeeniset jouluruoat

8102112
Nikkilän Sydän, D306
Ke 17.15–20.30
29.11.2023, 35,00 €
Mari Pasanen

Jouluisten makujen taikaa yhdessä lapsen kanssa

8102113
Nikkilän Sydän, D306
La 10.30–13.30
2.12.2023, 30,00 €
Mari Pasanen

Kreikkalainen keittiö

8102114
Nikkilän Sydän, D306
Ke 17.15–20.30
24.1.2024, 35,00 €
Mari Pasanen

Georgialaista ruokaa

8102115
Nikkilän Sydän, D306
Ke 17.15–20.30
7.2.2024, 35,00 €
Mari Pasanen

Herkulliset bliinit – Venäjältä Suomeen saapunut ruokaherkku valloittaa!

8102116
Nikkilän Sydän, D306
Ke 17.15–20.30
28.2.2024, 35,00 €
Mari Pasanen



Kiehtova korealainen keittiö

8102117
Nikkilän Sydän, D306
Ke 17.15–20.30
6.3.2024, 35,00 €
Mari Pasanen

Ihastuttavat kulhuruoat eri ruokakulttuureista

8102118
Nikkilän Sydän, D306
Ke 17.15–20.30
13.3.2024, 35,00 €
Mari Pasanen

Kokkauskurssi Harry Potterin tapaan

8102119
Nikkilän Sydän, D306
La 10.30–13.30
6.4.2024, 30,00 €
Mari Pasanen

HYGIENIAOSAAMINEN | HYGIENKOMPETENS

Hygieniapassi

8103101
Miili, B2019
Ma 18.00–21.15, Ke 18.00–20.15
20.–22.11.2023, 26,00 €
Thérèse Meriheinä

Hygienpassi

8103201
Nickby Hjärta, C107
Tis. 18.00–20.30, Tors. 18.00–21.15
7.–12.3.2024, 26,00 €
Thérèse Meriheinä

”Paperinen opistoinfo herättää kiinnostuksen monenlaiseen ja innostaa kokeilemaan uusia asioita.”

-Asiakaspalaute painetusta opinto-oppaasta.



LIIKUNTA | GYMNASTIK

MAANANTAI | MÄNDAG

Barn gymnastik 4–6 år

8311110 höst | 38311111 vår
Jokipuiston koulu, gymnastiksal
Mån. 17.50–18.35
11.9.–27.11.2023, 26,00 €
15.1.–8.4.2024, 26,00 €
Nona Mankki

Toiminnallinen kehonpainotreeni + kehonhuolto

8311346 syksy | 8311347 kevät
Leppätien koulu, liikuntasali
Ma 19.15–20.45
11.9.–27.11.2023, 54,00 €
15.1.–8.4.2024, 54,00 €
Elna Väisänen

Perheiliikunta 1–2-vuotiaille | Familjegymnastik för 1–2 åringar

8311400 syksy / höst | 8311401 kevät / vår
Opintien palvelupiste, liikuntatila | Lärdomsvägens serviceställe, idrottsutrymme
Ma | Mån. 9.30–10.15
11.9.–27.11.2023, 26,00 €
15.1.–8.4.2024, 26,00 €
Palma Warén

Äiti-vauva-jumppa | Mamma-baby jumppa

8311402 syksy / höst | 8311402 kevät / vår
Opintien palvelupiste, liikuntatila | Lärdomsvägens serviceställe, idrottsutrymme
Ma | Mån. 10.30–11.15
11.9.–27.11.2023, 26,00 €
15.1.–8.4.2024, 26,00 €
Palma Warén

Reisi-vatsa-pakara | Lår, mage & bak

8311440 syksy / höst | 8311441 kevät / vår
Opintien palvelupiste, liikuntatila | Lärdomsvägens serviceställe, idrottsutrymme
Ma | Mån. 11.30–12.15
11.9.–27.11.2023, 26,00 €
15.1.–8.4.2024, 26,00 €
Palma Warén

Pallolejä miehille | Bollspel för herrar

8311484 syksy / höst | 8311485 kevät / vår
Söderkulla skola, liikuntasali | gymnastiksal
Ma | Mån. 19.30–21.00
11.9.–27.11.2023, 54,00 €
15.1.–8.4.2024, 54,00 €
Robert Blomgren

Hulahulavanne-kurssi

8311534 syksy | 8311535 kevät
Talman koulu, liikuntasali
Ma 17.00–17.45
11.9.–27.11.2023, 26,00 €
15.1.–8.4.2024, 26,00 €
Emma Juga

Kuntojumppa

8311536 syksy | 8311537 kevät
Talman koulu, liikuntasali
Ma 17.50–18.50
11.9.–27.11.2023, 36,00 €
15.1.–8.4.2024, 36,00 €
Emma Juga

Body

8311570 syksy / höst | 8311571 kevät / vår
Boxby skola, liikuntasali | gymnastiksal
Ma | Mån. 17.45–18.45
11.9.–27.11.2023, 36,00 €
15.1.–8.4.2024, 36,00 €
Jasmin Sundbäck

Motionsgymnastik till musik

8311572 höst | 8311572 vår
Hindsby, Byagården
Mån. 19.30–20.30
11.9.–27.11.2023, 36,00 €
15.1.–8.4.2024, 36,00 €
Jasmin Sundbäck

Juoksun ensiaskeleet | Löpningens första steg

8314490
Söderkulla
Ma 18.30–20.00
4.9.–20.11.2023
Heidi Härus

TIISTAI | TISDAG

Perheiliikunta | Familjegymnastik

8312004 syksy / höst | 8312004 kevät / vår
Opintien palvelupiste, liikuntatila | Lärdomsvägens serviceställe, idrottsutrymme
Ti | Tis. 17.00–17.45
12.9.–28.11.2023, 26,00 €
16.1.–2.4.2024, 26,00 €
Nona Mankki

Lasten liikunta 4–6-vuotiaille |

Barn jumppa 4–6 år

8312110 syksy | höst | 8312111 kevät / vår
Opintien palvelupiste, liikuntatila | Lärdomsvägens serviceställe, idrottsutrymme
Ti | Tis. 18.00–18.45
12.9.–28.11.2023, 26,00 €
16.1.–2.4.2024, 26,00 €
Nona Mankki, Ella Seppälä

Kuntosali | Konditionssal

8312324 syksy / höst | 8312324 kevät / vår
Jokipuiston koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Ti | Tis. 17.30–18.30
12.9.–28.11.2023, 36,00 €
16.1.–2.4.2024, 36,00 €

Kuntosali | Konditionssal

8312326 syksy / höst | 8312327 kevät / vår
Jokipuiston koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Ti | Tis. 18.35–19.35
12.9.–28.11.2023, 36,00 €
16.1.–2.4.2024, 36,00 €

Kehonpainotreeni |

Träning med kroppstyngden

8312334 syksy / höst | 8312335 kevät / vår
Leppätien koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Ti | Tis. 17.55–18.55
12.9.–28.11.2023, 36,00 €
16.1.–2.4.2024, 36,00 €
Noora Huovinen

Reisi-vatsa-pakara | Lår, mage & bak

8312338 syksy / höst | 8312339 kevät / vår
Leppätien koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Ti | Tis. 19.00–19.45
12.9.–28.11.2023, 26,00 €
16.1.–2.4.2024, 26,00 €
Noora Huovinen

Äijähuolto

8312382 syksy | 8312383 kevät
Leppätien koulu, liikuntasali
Ti 20.00–20.45
12.9.–28.11.2023, 26,00 €
16.1.–2.4.2024, 26,00 €
Noora Huovinen

Hot Body & Stretching

8312458 syksy | 8312459 kevät
Söderkulla skola, liikuntasali
Ti 18.15–19.45
12.9.–28.11.2023, 54,00 €
16.1.–2.4.2024, 54,00 €
Niina Uschanoff

KESKIVIikko | ONSDAG

Elämäntapamuutosryhmä | Lägröskelgrupp

8313438 syksy / höst | 8313439 kevät / vår
Opintien palvelupiste, liikuntatila | Lär-
domsvägens serviceställe, idrottsutrymme
Ke | Ons. 9.30–11.00
20.9.–29.11.2023, 50,00 €
17.1.–20.3.2024, 50,00 €
Sari Sundbäck-Määttä

Kehonhuolto | Stretching

8313444 syksy / höst | 8313445 kevät / vår
Opintien palvelupiste, liikuntatila | Lär-
domsvägens serviceställe, idrottsutrymme
Ke | Ons. 11.30–12.30
20.9.–29.11.2023, 25,00 €
17.1.–27.3.2024, 25,00 €
Sari Sundbäck-Määttä

Pienryhmävalmennusta

8313452 syksy | 8313453 kevät
Opintien palvelupiste, liikuntatila
Ke 18.00–19.00
13.9.–29.11.2023, 110,00 €
17.1.–3.4.2024, 110,00 €
Hemmo Sivén

Pienryhmävalmennusta

8313454 syksy | 8313455 kevät
Opintien palvelupiste, liikuntatila
Ke 19.00–20.00
3.9.–29.11.2023, 110,00 €
17.1.–3.4.2024, 110,00 €
Hemmo Sivén

Hemmon pienryhmävalmennusta

8313456 syksy | kevät
Opintien palvelupiste, liikuntatila
Ke 20.00–21.00
13.9.–31.12.2023, 1.1.–3.4.2024, 220,00 €
Hemmo Sivén

Kuntojumppa | Konditionsjumppa

8313556 syksy / höst | 8313557 kevät / vår
Norra Paipis skola, liikuntasali | gymnastiksal
Ke | Ons. 17.30–18.30
13.9.–29.11.2023, 36,00 €
17.1.–3.4.2024, 36,00 €
Netta Soiro

Kuntoliikunta | Konditionsträning

8313578 syksy / höst | 8313579 kevät / vår
Borgby skola, liikuntasali | gymnastiksal
Ke | Ons. 19.15–20.15
13.9.–29.11.2023, 36,00 €
17.1.–3.4.2024, 36,00 €
Netta Soiro

TORSTAI | TORSDAG

Synnyttäneiden äitien kuntoliikunta | Motionsgymnastik för mammor som nyligen fött

8314300 syksy / höst | 8314301 kevät / vår
Jokipuiston koulu, liikuntasali | gymnastiksal
To | Tors. 9.30–10.30
14.9.–30.11.2023, 36,00 €
18.1.–11.4.2024, 36,00 €
Maria Lindberg

Lihaskunto | Jumppa för stärkande av muskulaturen

8314328 syksy / höst | 8314329 kevät / vår
Jokipuiston koulu, liikuntasali | gymnastiksal
To | Tors. 10.35–11.35
14.9.–30.11.2023, 36,00 €
18.1.–11.4.2024, 36,00 €
Maria Lindberg

Venyttelytunti | Stretching

8314330 syksy / höst | 8314331 kevät / vår
Jokipuiston koulu, liikuntasali | gymnastiksal
To | Tors. 11.40–12.25
14.9.–30.11.2023, 26,00 €
Maria Lindberg

Kahvakuula

8314420 syksy | 8314421 | kevät
Opintie 6 A, 01150 Söderkulla
To 17.30–18.30
14.9.–30.11.2023, 36,00 €
18.1.–11.4.2024, 36,00 €
Emma Juga

Reisi-vatsa-pakara | Lär, mage & bak

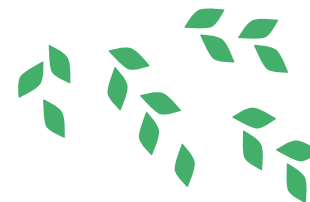
8314422 syksy / höst | 8314423 kevät / vår
Miili, A1035
To | Tors. 18.05–18.50
14.9.–30.11.2023, 26,00 €
18.1.–11.4.2024, 26,00 €
Jasmin Sundbäck

Äijähuolto

8314482 syksy | 8314483 kevät
Opintien palvelupiste, liikuntatila
To 19.15–20.00
14.9.–30.11.2023, 26,00 €
18.1.–11.4.2024, 26,00 €
Jasmin Sundbäck

Juoksukoulu-jatko

8314390
Nikkilä
To 19.00–20.00
31.8.–16.11.2023
Emma Juga



PERJANTAI | FREDAG

Voimaa ja hallintaa – lihaskuntoharjoittelua

8315346 syksy | 8315347 kevät
Leppätien koulu, liikuntasali
Pe 17.30–18.30
15.9.–1.12.2023, 36,00 €
19.1.–12.4.2024, 36,00 €
Alli Liljeström

Strong Body & Streching

8315450 syksy | 8315451 kevät
Söderkulla skola, liikuntasali
Pe 17.20–18.50
15.9.–1.12.2023, 54,00 €
19.1.–12.4.2024, 54,00 €
Niina Uschanoff

SUNNUNTAI | SÖNDAG

Kick & Punch & Squat®

8317438 syksy / höst
Miili, A1035
Su | Sön. 13.05–13.50
17.9.–15.10.2023, 25,00 €
Susanna Sammalvaara

PERUUTUKSEN OHJEET

Peruminen viimeistään 5 arkipäivää ennen kurssin alkamista. Myöhässä peruutetusta kurssista asiakas joutuu maksamaan 50 % kurssin hinnasta. Jo alkaneesta, keskeytetystä kurssista ei hyvitetä kurssimaksua.

ANVISNING FÖR ANNULERING

Annulleringen bör ske senast 5 vardagar innan kursen startar. Om annulleringen sker senare än 5 vardagar innan kursen startar betalar kunden 50 % av kursavgiften. För en kurs som startat och den studerande avbryter eller uteblir ifrån betalar den studerande hela kursavgiften.



VESILIIKUNTA | VATTENGYMNASSTIK

HUOM! Ingmanin altaalla jyrkät tikkaat altaaseen, ei sovellu liikuntarajoitteiselle. OBS! Branta stege till Ingman bassäng, inte lämplig för rörelsehämmande.

MAANANTAI | MÄNDAG

Tehovesijumppa | Vattenaerobic

8331330 syksy / höst | 8331331 kevät / vår
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Ma 17.00–17.45
11.9.–27.11.2023, 66,00 €
15.1.–8.4.2024, 66,00 €

Kuntosali + vesijumppa | Konditionssal + vattengymnastik

8331348 syksy / höst | 8331349 kevät / vår
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Ma | Mån. 18.00–19.30
11.9.–27.11.2023, 99,00 €
15.1.–8.4.2024, 99,00 €

Vesijumppa päivällä | Vattengymnastik dagtid

8331456 syksy / höst | 8331457 kevät / vår
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Ma | Mån. 14.15–15.00
11.9.–27.11.2023, 68,00 €
15.1.–8.4.2024, 68,00 €
Katja Jalonen

Vesijumppa | Vattengymnastik

8331458 syksy / höst | 8331459 kevät / vår
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Ma | Mån. 17.15–18.00
11.9.–27.11.2023, 72,00 €
15.1.–8.4.2024, 72,00 €
Tiina Hamunen

Tehovesijumppa | Vattenaerobic

8331472 syksy / höst | 8331472 kevät / vår
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Ma | Mån. 18.05–18.50
11.9.–27.11.2023, 72,00 €
15.1.–8.4.2024, 72,00 €
Tiina Hamunen

Tehovesijumppa | Vattenaerobic

8331474 syksy / höst | 8331475 kevät / vår
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Ma | Mån. 19.15–20.00
11.9.–27.11.2023, 72,00 €
15.1.–8.4.2024, 72,00 €
Tiina Hamunen

Seniorivesijumppa | Seniorvattengymnastik

8331680 syksy / höst | 8331680 kevät / vår
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Ma | Mån. 13.25–14.10
11.9.–27.11.2023, 66,00 €
15.1.–8.4.2024, 66,00 €
Katja Jalonen

Seniorivesijumppa | Seniorvattengymnastik

8331682 syksy / höst
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Ma 15.45–16.30
11.9.–27.11.2023, 66,00 €
15.1.–8.4.2024, 66,00 €

TIISTAI | TIISDAG

Uinti / Vesijuoksu | Simning / Vattenlöpning

8332440 syksy / höst | 8332441 kevät / vår
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Ti | Tis. 14.00–15.00
19.9.–28.11.2023, 50,00 €
16.1.–2.4.2024, 50,00 €
Sari Sundbäck-Määttä

Seniorivesijumppa | Seniorvattengymnastik

8332682 syksy / höst | 8332683 kevät / vår
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Ti | Tis. 16.15–17.00
12.9.–28.11.2023, 66,00 €
16.1.–2.4.2024, 66,00 €
Netta Soiro

Seniorivesijumppa | Seniorvattengymnastik

8332684 syksy / höst | 8332685 kevät / vår
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Ti | Tis. 17.15–18.00
12.9.–28.11.2023, 66,00 €
16.1.–2.4.2024, 66,00 €
Netta Soiro

KESKIVIikko | ONSDAG

Tehovesijumppa | Vattenaerobic

8333336 syksy / höst | 8333337 kevät / vår
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Ke | Ons. 17.00–17.45
13.9.–29.11.2023, 66,00 €
17.1.–3.4.2024, 66,00 €
Noora Huovinen

Kuntosali + vesijumppa

8333350 syksy | 8333351 kevät
Nikkilä, Sote Allas
Ke 18.00–19.30
13.9.–29.11.2023, 99,00 €
17.1.–3.4.2024, 99,00 €
Noora Huovinen

Vesijumppa miehille | Vattengymnastik för herrar

8333364 syksy | 8333365 kevät
Nikkilä, Sote Allas
Ke 20.00–20.45
13.9.–29.11.2023, 70,00 €
17.1.–3.4.2024, 70,00 €
Noora Huovinen

TORSTAI | TORSDAG

Vesijumppa | Vattengymnastik

8334458 syksy / höst | 8334459 kevät / vår
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
To | Tors. 17.30–18.15
14.9.–30.11.2023, 72,00 €
18.1.–11.4.2024, 72,00 €
Tiina Hamunen

Lisää vesijumppakursseja löydät verkkosivuiltamme

<https://uusi.opistopalvelut.fi/sipoo/fi/>.

Du hittar mer vattengymnastik kurser på vår webbsida

<https://uusi.opistopalvelut.fi/sipoo/sv/>.



Tehovesijumppa | Vattenaerobic

8334472 syksy / höst | 8334473 kevät / vår
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
To | Tors. 18.15–19.30
14.9.–30.11.2023, 72,00 €
18.1.–11.4.2024, 72,00 €
Tiina Hamunen

PERJANTAI | FREDAG

Opi uimataito / vesipeuhu | Lär dig simma / lek och plask

8335300 syksy / höst | 8335301 kevät / vår
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Pe | Fre. 16.25–16.55
15.9.–1.12.2023, 37,00 €
19.1.–12.4.2024, 37,00 €
Maria Sundman

Opi uimataito / vesipeuhu | Lär dig simma / lek och plask

8335302 syksy / höst | 8335303 kevät / vår
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Pe | Fre. 17.00–17.30
15.9.–1.12.2023, 37,00 €
19.1.–12.4.2024, 37,00 €
Maria Sundman

Opi uimataito / vesipeuhu | Lär dig simma / lek och plask

8335304 syksy / höst | 8335305 kevät / vår
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Pe | Fre. 17.35–18.05
15.9.–1.12.2023, 37,00 €
19.1.–12.4.2024, 37,00 €
Maria Sundman

Opi uimataito / vesipeuhu | Lär dig simma / lek och plask

8335306 syksy / höst | 8335307 kevät / vår
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Pe | Fre. 18.15–18.45
15.9.–1.12.2023, 37,00 €
19.1.–12.4.2024, 37,00 €
Maria Sundman, Bodil Weckström

Opi uimataito / vesipeuhu, jatkokurssi | Lär dig simma / lek och plask, fortsättningskurs

8335308 syksy / höst | 8335309 kevät / vår
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Pe | Fre. 18.50–19.20
15.9.–1.12.2023, 37,00 €
19.1.–12.4.2024, 37,00 €
Maria Sundman, Bodil Weckström

Perheuinti | Familjesim

8335406 syksy / höst | 8335407 kevät / vår
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Pe | Fre. 14.00–14.50
15.9.–1.12.2023, 44,00 €
19.1.–12.4.2024, 44,00 €
Sari Sundbäck-Määttä

Uinti / Vesijuoksu | Simning / Vattenlöpning

8335442 syksy / höst | 8335443 kevät / vår
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Pe / Fre. 11.40–12.40
15.9.–1.12.2023, 55,00 €
19.1.–12.4.2024, 55,00 €
Sari Sundbäck-Määttä

Uinti / Vesijuoksu eläkeläisille | Simning / Vattenlöpning till pensionärer

8335640 syksy / höst | 8335641 kevät / vår
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Pe / Fre. 10.40–11.40
15.9.–1.12.2023, 55,00 €
19.1.–12.4.2024, 55,00 €
Sari Sundbäck-Määttä

Seniorivesijumppa | Seniorvattengymnastik

8335686 syksy / höst | 8335687 kevät / vår
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Pe | Fre. 9.00–9.30
15.9.–1.12.2023, 44,00 €
19.1.–12.4.2024, 44,00 €
Tiina Hamunen

Seniorivesijumppa | Seniorvattengymnastik

8335688 syksy / höst | 8335689 kevät / vår
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Pe | Fre. 9.35–10.05
15.9.–1.12.2023, 44,00 €
19.1.–12.4.2024, 44,00 €
Tiina Hamunen



TANSSI | DANS

MAANANTAI | MÅNDAG

Liikunnallinen musiikkijumppa 4–6-vuotiaille

8341100 syksy | 8341101 kevät
Jokipuiston koulu, liikuntasali
Ma 17.00–17.45
11.9.–27.11.2023, 26,00 €
15.1.–8.4.2024, 26,00 €
Nona Mankki

Kuntotanssi

8341330 syksy | 8341331 kevät
Jokipuiston koulu, liikuntasali
Ma 18.45–19.30
11.9.–28.11.2023, 26,00 €
15.1.–8.4.2024, 26,00 €
Nona Mankki

TIISTAI | TISDAG

Salsa

8342436 syksy | 8342437 kevät
Opintien palvelupiste, liikuntatila
Ti 19.00–20.30
12.9.–28.11.2023, 54,00 €
16.1.–2.4.2024, 54,00 €
Nona Mankki

Seniorilattarit

8342610 syksy | 8342611 kevät
Monitoimihalli
Ti 11.30–12.30
12.9.–28.11.2023, 34,00 €
16.1.–2.4.2024, 34,00 €
Eeva Virtanen

KESKIVIikko | ONSDAG

Zumba Fitness®

8343320 syksy | 8343321 kevät
Jokipuiston koulu, liikuntasali
Ke 17.00–17.45
13.9.–29.11.2023, 26,00 €
17.1.–3.4.2024, 26,00 €
Janne Outinen

LatinMix

8343322 syksy | 8343323 kevät
Jokipuiston koulu, liikuntasali
Ke 17.50–18.50
13.9.–29.11.2023, 36,00 €
17.1.–3.4.2024, 36,00 €
Janne Outinen



Reggaeton

8343334
Jokipuiston koulu, liikuntasali
Ke 19.05–20.35
13.9.–11.10.2023, 35,00 €
Janne Outinen

Salsa

8343336
Jokipuiston koulu, liikuntasali
Ke 19.05–20.35
25.10.–29.11.2023, 42,00 €
Janne Outinen

Salsa, jatkokurssi

8343337
Jokipuiston koulu, liikuntasali
Ke 19.05–20.35
17.1.–3.4.2024, 54,00 €
Janne Outinen

Senioribaletti

8343664 syksy | 8343665 kevät
Söderkulla skola, liikuntasali
Ke 15.15–16.00
13.9.–29.11.2023, 26,00 €
17.1.–3.4.2024, 26,00 €
Suvi Stenbäck-Jääskä

TORSTAI | TORSDAG

Latindance

8344334 syksy | 8344335 kevät
Leppätien koulu, liikuntasali
To 19.45–20.45
14.9.–30.11.2023, 36,00 €
18.1.–11.4.2024, 36,00 €
Deannys Conde

Latindance

8344442 syksy | 8344443 kevät
Opintien palvelupiste, liikuntatila
To 16.55–17.55
14.9.–30.11.2023, 36,00 €
18.1.–11.4.2024, 36,00 €
Deannys Conde

Latinflow

8344444 syksy | 8344445 kevät
Opintien palvelupiste, liikuntatila
To 18.00–19.00
14.9.–30.11.2023, 36,00 €
18.1.–11.4.2024, 36,00 €
Deannys Conde

Kansantanssi, paritanssi ja seurataanssi

8344514 syksy | 8344515 kevät
Boxby branddepå
To 19.30–21.00
14.9.–30.11.2023, 54,00 €
18.1.–11.4.2024, 54,00 €
Lisbeth Ståhlberg

PERJANTAI | FREDAG

Line Dance

8345426 syksy / höst | 8345427 kevät / vår
Opintien palvelupiste, liikuntatila | Lär-
domsvägens serviceställe, idrottsutrymme
Pe | Fre. 16.30–18.00
15.9.–1.12.2023, 54,00 €
19.1.–12.4.2024, 54,00 €
Alf Skogster

Zumba Gold®

8345442 syksy | 8345443 kevät
Opintien palvelupiste, liikuntatila
Pe 9.30–10.15
15.9.–1.12.2023, 26,00 €
19.1.–12.4.2024, 26,00 €
Janne Outinen

Bailatino Senior

8345644 syksy | 8345645 kevät
Opintien palvelupiste, liikuntatila
Pe 10.30–11.15
15.9.–1.12.2023, 26,00 €
19.1.–12.4.2024, 26,00 €
Janne Outinen

LAUANTAI | LÖRDAG

Burleski, alkeiskurssi

8346412
Opintien palvelupiste, liikuntatila
La 10.30–12.00, su 16.30–18.00
7.–8.10.2023 20,00 €
Tea Malmström

Burleski, alkeis-jatkokurssi

8346413
Opintien palvelupiste, liikuntatila
La 10.30–12.00, su 16.30–18.00
2.–3.3.2024 20,00 €
Tea Malmström

SUNNUNTAI | SÖNDAG

PoundFit®

8347403
Miili, A1035
Su 13.05–13.50
29.10.–12.11.2023 15,00 €
Susanna Sammalvaara

Zumba®

8347443
Miili, A1035
Su 14.00–14.45
17.9.–3.12.2023 26,00 €
Susanna Sammalvaara

Zumba®

8347444
Miili, A1035
Su 14.00–14.45
21.1.–21.4.2024 26,00 €
Susanna Sammalvaara

Salsation®

8347452 syksy | 8347453 kevät
Miili, A1035
Su 14.55–15.55
17.9.–3.12.2023, 36,00 €
21.1.–21.4.2024, 36,00 €
Susanna Sammalvaara

VUODENVAIHTTEEN KURSSET | KURSER VID ÅRSSKIFTET

Kinkun sulatus Zumba Fitness®

8543325
Jokipuiston koulu, liikuntasali
Ke 17.00–18.30
3.–10.1.2024, 20,00 €
Janne Outinen

Kinkun sulatus Zumba Fitness®

8543440
Opintien palvelupiste, liikuntatila
Ke 19.15–20.45
3.–10.1.2024, 20,00 €
Janne Outinen

”Vår lärare får nog vilken tråkig dag att bli mycket bättre. Han har en otrolig energi som smittar av sej och inget pass är det andra likt.”

-Kundfeedback om danskurs.

Seuraa meitä! / Följ oss!

@Sipoonopisto

@Sipoon opisto - Sibbo institut





HYVINVOINTI | VÄLMÄENDE

MAANANTAI | MÄNDAG

Senioripilates

8371302 syksy | 8371303 kevät
Leppätien koulu, liikuntasali
Ma 13.30–14.30
11.9.–27.11.2023, 36,00 €
15.1.–8.4.2024, 36,00 €
Tiina Tarpio

Äiti + vauva -pilates

8371310 syksy | 8371311 kevät
Leppätien koulu, liikuntasali
Ma 14.45–15.30
11.9.–27.11.2023, 26,00 €
15.1.–8.4.2024, 26,00 €
Tiina Tarpio

FasciaMethod

8371370 syksy | 837371 kevät
Leppätien koulu, liikuntasali
Ma 15.45–16.30
11.9.–27.11.2023, 26,00 €
15.1.–8.4.2024, 26,00 €
Tiina Tarpio

Alkeisjooga | Nybörjar yoga

8371454 syksy / höst | 8371455 kevät / vår
Opintien palvelupiste, liikuntatila | Lär-
domsvägens serviceställe, idrottsutrymm
Ma | Mån. 17.45–19.00
11.9.–27.11.2023, 44,00 €
15.1.–8.4.2024, 44,00 €
Sofia Höglund

Hathajooga, alkeisryhmä | Hathayoga, nybörjar grupp

8371456 syksy / höst | 8371457 kevät / vår
Opintien palvelupiste, liikuntatila | Lär-
domsvägens serviceställe, idrottsutrymme
Ma | Mån. 19.15–20.30
11.9.–27.11.2023, 44,00 €
15.1.–8.4.2024, 44,00 €
Sofia Höglund

Vinjana-joogaa

8371526 syksy | 8371527 kevät
Boxby skola, liikuntasali
Ma 19.15–20.15
11.9.–27.11.2023, 36,00 €
15.1.–8.4.2024, 36,00 €

TIISTAI | TISDAG

Pilates, alkeiskurssi

8372304 syksy | 8372305 kevät
Lukkarin koulu, liikuntasali
Ti 18.05–19.05
12.9.–28.11.2023, 36,00 €
16.1.–2.4.2024, 36,00 €
Tarja Wahlström

Pilates, jatko

8372306 syksy | 8372307 kevät
Lukkarin koulu, liikuntasali
Ti 19.10–20.10
12.9.–28.11.2023, 36,00 €
16.1.–2.4.2024, 36,00 €
Tarja Wahlström

KESKIVIIKKO | ONSDAG

Chi Kungista tasapainoa ja elinvoimaa, perustaso

8373464 syksy | 8373465 kevät
Opintien palvelupiste, liikuntatila
Ke 16.30–17.30
13.9.–29.11.2023, 36,00 €
17.1.–3.4.2024, 36,00 €
Suvi Stenbäck-Jääskä

TORSTAI | TORSDAG

Kundaliinijooga, hybridi

8374332 syksy | 8374333 kevät
Lukkarin koulu, liikuntasali
To 17.30–19.00
14.9.–30.11.2023, 54,00 €
18.1.–11.4.2024, 54,00 €
Maarit Ollila

VIIKONLOPPU | VECKOSLUT

Astanga

8376320
Leppätien koulu, liikuntasali
La ja su 10.00–11.30
28.10.–19.11.2023, 20,00 €
Minna Loponen
28.–29.10 ja 18.–19.11.

Hathajooga

8376350
Leppätien koulu, liikuntasali
La ja su 11.45–13.15
28.10.–19.11.2023, 20,00 €
Minna Loponen
28.–29.10 ja 18.–19.11.

Tao-joogasta virkyyttä ja tasapainoa

8376438
Opintien palvelupiste, liikuntatila
La ja su 11.00–12.30
2.–3.12.2023, 20,00 €
Suvi Stenbäck-Jääskä

FoamRoller

8377438
Miili, A1035
Su | Sön. 13.05–13.50
19.11.–3.12.2023, 15,00 €
Susanna Sammalvaara

”Pilates tukee hyvin tuki- ja liikuntaelinten hyvää kuntoa ja liikkeet ovat osin samoja mitä selkäkipuihin saamassani fysioterapiassa on käytetty. Pilatesharjoitteet ovat hyvin tukeneet selän kuntoa tukemalla syviä tukilihaksia yms.”

-Asiakaspalaute pilateskurssista.





LISÄLUKUKAUSI | EXTRA TERMIN

VERKKOKURSSIT | NÄTKURSER

Kahvakuulan peruskurssi, verkkokurssi

8622133
Ti 18.00–19.00
16.4.–11.6.2024, 60,00 €
Emma Juga

Yoga på Svenska, nätkurs

8623751
Ons. 18.00–19.15
17.4.–12.6.2024, 75,00 €
Sofia Höglund

Hathajooga, verkkokurssi

8624711
To 19.00–20.15
25.4.–13.6.2024, 59,00 €
Minna Lopenen

LIIKUNTA | GYMNASTIK

Kahvakuula

8612459
Söderkulla skola, liikuntasali
Ti 18.15–19.
16.4.–11.6.2024, 60,00 €
Niina Uschanoff

HYVINVOINTIKURSSIT | VÄLMÄENDE

Pilates alkeis-jatkokurssi

8672305
Lukkarin koulu, liikuntasali
Ti 18.05–19.05
16.4.–14.5.2024, 33,00 €
Tarja Wahlström

Tai chi

8676463
Opintien palvelupiste, liikuntatila
La ja su 11.00–12.30
27.–28.4.2024, 20,00 €
Suvi Stenbäck-Jääskä

VESIJUMPPA | VATTENGYMNASTIK

MAANANTAI | MÅNDAG

Tehovesijumppa

8631311
Nikkilä, Sote Allas
Ma 17.00–17.45
22.4.–10.6.2024, 48,00 €

Kuntosali + vesijumppa

8631349
Nikkilä, Sote Allas
Ma 18.00–19.30
22.4.–10.6.2024, 80,00 €

Vesijumppaa päivällä | Vattengymnastik på dagen

8631459
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Ma | Mån. 13.25–14.10
22.4.–20.5.2024, 35,00 €
Katja Jalonen

Vesijumppa | Vattengymnastik

8631469
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Ma | Mån. 17.00–17.45
22.4.–20.5.2024, 35,00 €
Tiina Hamunen

Tehovesijumppa | Vattenaerobic

8631473
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Ma | Mån. 18.05–18.50
22.4.–20.5.2024, 35,00 €
Tiina Hamunen

Tehovesijumppa | Vattenaerobic

8631475
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Ma | Mån. 19.15–20.00
22.4.–20.5.2024, 35,00 €
Tiina Hamunen

Seniorivesijumppa | Seniorvattengymnastik

8631659
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Ma | Mån. 13.25–14.10
22.4.–20.5.2024, 35,00 €
Katja Jalonen

Seniorivesijumppa | Seniorvattengymnastik

8631680
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Ma | Mån. 15.45–16.30
22.4.–10.6.2024, 48,00 €

TIISTAI | TISDAG

Kuntosali + vesijumppa | Konditionssal + vattengymnastik

8632353
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Ti | Tis. 18.30–20.00
16.4.–11.6.2024, 90,00 €
Noora Huovinen

Seniorivesijumppa | Seniorvattengymnastik

8632682
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Ti | Tis. 16.15–17.00
16.4.–11.6.2024, 54,00 €
Noora Huovinen

Seniorivesijumppa | Seniorvattengymnastik

8632684
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Ti | Tis. 17.30–18.15
16.4.–11.6.2024, 54,00 €
Noora Huovinen

KESKIVIIKKO | ONSDAG

Tehovesijumppa | Vattenaerobic

8633347
Nikkilä, Sote Allas
Ke 18.00–18.45
17.4.–12.6.2024, 54,00 €
Noora Huovinen

Kuntosali + vesijumppa | Konditionssal + vattengymnastik

8633351
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Ke | Ons. 19.00–20.30
17.4.–12.6.2024, 90,00 €
Noora Huovinen



Seniorivesijumppa | Seniorvattengymnastik

8633684
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Ke | Ons. 17.00–17.45
17.4.–12.6.2024, 54,00 €
Noora Huovinen

PERJANTAI | FREDAG

Uinti / Vesijuoksu | Simning / Vattenlöpning

8635443
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Pe | Fre. 11.00–12.00
19.4.–24.5.2024, 49,00 €
Tiina Hamunen

Seniorivesijumppa | Seniorvattengymnastik

8635687
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Pe | Fre. 9.00–9.45
12.4.–24.5.2024, 49,00 €
Tiina Hamunen

Seniorivesijumppa | Seniorvattengymnastik

8635689
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Pe | Fre. 9.45–10.30
12.4.–24.5.2024, 49,00 €
Tiina Hamunen

”Erinomainen
ja reipas vetäjä.
Tempo ja liikkeiden
vaativuus olivat
juuri sopivia. Pidin
vesijumpan vaihtuvista
teemoista. Tehokasta
vesijumppaa!”

-Asiakaspalautte vesijumpasta.

MUITA KURSSEJA | ANDRA KURSER

Yksinlaulun kesäkurssi | Sommarkurs i solosång

1102312
Kyrkoby skola, musiikkiluokka | musikklass
Ma | Mån – Pe | Fre. 10.00–14.00
3.–7.6.2024, 116,00 €
Maria Baijars-Salacka

Voimaa laulamisesta ja musiikista kevääseen

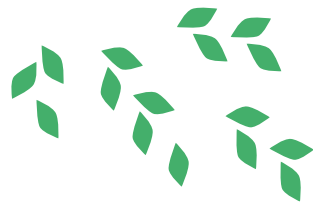
1101106
Lukkarin koulu, musiikkiluokka
Ke 18.15–20.15
24.4.–22.5.2024, 120,00 €
Johanna Maria Syväniemi

Puutarhakeramiikka | Trädgårdskeramik

1115310
Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Ti | Tis. 17.45–21.00
16.–23.4.2024, 26,00 €
Linda Öhman
Opettajalle maksetaan erillinen materiaa-
limaksu. | Materialkostnaden betalas till
läraren.

Huonekalujen verhoilu, kesäkurssi | Möbeltenovering, sommarkurs

1150322
Martinkylän opistotalo, verhoilu | Mårtens-
by institutthuset, möbelrenovering
Ma – pe | Mån – fre. 10.00–15.00
3.6.2023 – 7.6.2023, 120 €
Catarina Andersson



VERKKOKURSSIT | NÄTKURSER

KIELET | SPRÅK

SUOMI | FINSKA

Suomen alkeet A1 | Finnish for Begin- ners A1 | Основи фінської мови A1. Весняні онлайн-курси

1201102
Ke 16.30–18.00
17.1.–3.4.2024, 18,00 €
Antti Tapaninaho

Suomen helppo keskustelukurssi B1

1201104
Ke 18.00–19.30
13.9.–29.11.2023, 17.1.–3.4.2024, 69,00 €
Antti Tapaninaho

ITALIA | ITALIENSKA

Italian alkeet

1208107
Ke 18.15–19.45
13.9.–29.11.2023, 17.1.–3.4.2024, 69,00 €
Antonio Di Domeinico

TIETOTEKNIikka | DATATEKNIK

Grunderna i Officepaketet -distanskurs

3401221
Ons. 17.30–20.00
20.9.–15.11.2023, 28,00 €
Inge Ekholm

Office – Outlook, Kalendern och OneDrive – distanskurs

3401222
Ons. 17.30–20.00
17.1.–28.2.2024, 22,00 €
Inge Ekholm

Game programming in Godot

3401223
5.11.–3.12.2023, 3.3.–7.4.2024
Sön. 14.00–16.30, 36,00 €
Tobias Ekholm

MUUT VERKKOKURSSIT | ANDRA NÄTKURSER

Viestinnän perusteet suomen kielellä

1203305
Ma 17.30–19.00
11.9.–27.11.2023, 35,00 €
Kia Lindström

Viestinnän jatkokurssi

1203306
Ma 17.30–19.00
15.1.–8.4.2024, 35,00 €
Kia Lindström

Kirjojen Kirja – Tutustu Bestselleriin!

1301100 syksy | 1301101 kevät
Ti 19.00–20.00
19.9.–28.11.2023, 24,00 €
23.1.–2.4.2024, 24,00 €
Raili Tanskanen

Myyttiset kertomukset taiteessa luentosarja

1302102
To 18.00–19.30
14.9.–12.10., 28,00 €
Maria Ollikainen

Markkinoinnin perusteet

3103100
Ti 17.30–20.30
12.9.–28.11.2023, 70,00 €
Kia Lindström

Markkinoinnin jatkokurssi

3103101
Ti 17.30–20.30
16.1.–2.4.2024, 70,00 €
Kia Lindström

LIIKUNTA JA HYVINVOINTI | GYMNASTIK OCH VÄLMÄENDE

AVOIMET OVET | ÖPPNA DÖRRAR

Lempeä pilates, alkeis-jatko, avoimet ovet, verkkokurssi

8221110
Ma 18.00–18.30
4.9.2023, 0,00 €
Tarja Wahlström

Kahvakuula, avoimet ovet, verkkokurssi

8222222
Ti 18.00–18.30
5.9.2023, 0,00 €
Emma Juga

Aamupilates, avoimet ovet, verkkokurssi

8223330
Ke 7.00–7.30
6.9.2023, 0,00 €
Tarja Wahlström

Yoga på svenska, öppna dörrar, nätkurs

8223332
Ons. 18.00–18.30
6.9.2023, 0,00 €
Sofia Höglund

Perjantairentoutus, avoimet ovet, verkkokurssi

8225556
Pe 17.00–17.30
8.9.2023, 0,00 €
Suvi Stenbäck-Jääskä

MAANANTAI | MÅNDAG

Kevyt tuolijumppa

8321610 syksy | 8321611 kevät
Ma 10.45–11.15
11.9.–27.11.2023, 0,00 €
15.1.–8.4.2024, 0,00 €
Tiina Tarpio

Pilates alkeiskurssi

8321700 syksy | 8321701 kevät
Ma 9.30–10.30
11.9.–27.11.2023, 36,00 €
15.1.–8.4.2024, 36,00 €
Tiina Tarpio

Lempeä pilates

8321708 syksy | 8321709 kevät
Ma 18.00–19.00
15.1.–8.4.2024, 36,00 €
11.9.–27.11.2023, 36,00 €
Tarja Wahlström

TIISTAI | TISDAG

Kahvakuula

8322132 syksy | 8322133 kevät
Ti 18.00–19.00
12.9.–28.11.2023, 36,00 €
16.1.–2.4.2024, 36,00 €
Emma Juga

KESKIVIIKKO | ONSDAG

Aamupilates

8323718 syksy | 8323719 kevät
Ke 7.00–7.45
13.9.–29.11.2023, 26,00 €
17.1.–3.4.2024, 26,00 €
Pauliina Nordman

Yoga på svenska

8323750 höst | 8323751 vår
Ons. 18.00–19.15
13.9.–29.11.2023, 44,00 €
17.1.–3.4.2024, 44,00 €
Sofia Höglund

TORSTAI | TORSDAG

Hathajooga

8324750 syksy | 8324751 kevät
To 19.30–20.45
14.9.–30.11.2023, 44,00 €
18.1.–11.4.2024, 44,00 €
Minna Loponen

PERJANTAI | FREDAG

Perjantairentoutus

8325464 syksy | 8325465 kevät
Pe 17.00–17.45
15.9.–1.12.2023, 26,00 €
19.1.–12.4.2024, 26,00 €
Suvi Stenbäck-Jääskä

Maksutavat

Maksa kurssit:

1. Maksulinkkinä, joka lähetetään sähköpostiisi, kun kurssi on alkanut. Tarkista roskapostikansio! Maksulinkki on voimassa 14 päivää ja maksat sen verkkopankkisi kautta klikkaamalla linkkiä. Verkkopankin lisäksi voit valita muut opiston käytössä olevat verkkomaksutavat: liikunta- ja kulttuurikursseja Smartumin mobiilisovelluksella, Eazybreak-mobiilisovelluksella, Edenredillä sekä e-passilla. Jos maksat em. mobiilisovellusten kautta, lähetä maksusta kuitti sähköpostilla opistolle sipoon.opisto@sipoo.fi.
2. Käteisellä Nikkilän opistotalolla.
3. Käteisellä tai pankkikortilla kunnan infossa Sipoon pääkirjastolla Nikkilässä tai kunnan Söderkullan palvelupisteessä niiden aukioloaikoina
4. Sinulle lähetetään paperilasku kotiisi postitse kurssin alettua.

Paperilaskuihin lisätään laskutuslisä 3,50 euroa.

Betalningssätt

Betala din kurs:

1. Betalningslänk som vi skickar till din e-post då kursen har börjat. Kontrollera också skräpposten! Betalningslänken är i kraft i 14 dagar och du betalar den genom att klicka på länken och betalar den via nätbanken. Utöver nätbanken kan du välja att använda institutets andra nätbetalningssätt: gymnastik- och kulturkurser med Smartums mobilapplikation, Eazybreak-applikationen, Edenred samt med e-pass. Ifall du betalar med en av mobilapplikationerna, vänligen sänd en kopia av betalningen per e-post till sibbo.institut@sibbo.fi.
2. Kontant i Nickby instituthus.
3. Kontant / kort i kommunens info i Sibbo huvudbibliotek i Nickby och i Söderkulla till kommunens servicepunkt i Söderkulla bibliotek under deras öppethållningstider.
4. Pappersfaktura. Vi sänder dig en pappersfaktura per post då kursen startat.

Vi fakturerar 3,50€ för pappersfakturer.

OPISKELIJAT

2771

NAISET

77%

MIEHET

23%



STUDERANDE

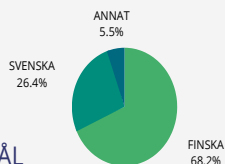
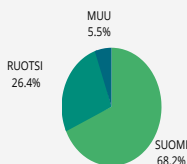
2771

KVNNOR

77,5%

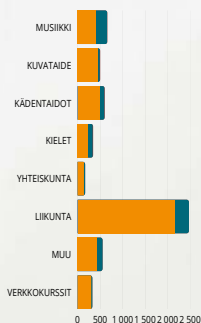
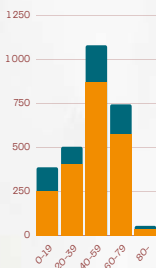
MÄN

22,5%



KURSSILAISIA

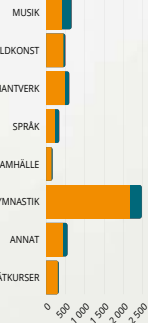
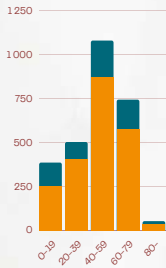
5261



OPISKELIJOIDEN
IKÄJAKAUMA

KURSDELTAGARE

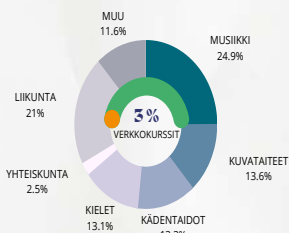
5261



DE STUDERANDES
ÅLDERSFÖRDELNING

OPETUSTUNTIEJEN
JAKAUMA

10905



STUDIETIMMARNAS
FÖRDELNING

10905

