

Kaiku

Kärsämäen kunnan kuukausijulkaisu
10/2022

VALTUUSTON KOKOUS

13.12.2022 klo 19:00 Kärsämäki-salissa, Opintie 6



Tumma puku
Kunniamerkit

Kärsämäen kunta
Kärsämäen seurakunta
Jokihelmen opisto

NIMIKILPAILU

EHDOTA NIMEÄ UUELLE KIINTEISTÖLLE.
ALEKSINTIE 3:SSA TOIMII "HYVINVOINTIKESKUS",
JONKA TILOISSA ON MM. SENIOREIDEN
PÄIVÄKESKUS JA SOTE-TOIMINTAA, SEKÄ
RYHMÄPERHEPÄIVÄHOITOYKSIKKÖ
PAANUTONTTU JA NUORISOPUOLEN TOIMISTOJA.
PARAS EHDOTUS PALKITAAN LAHJAKORTILLA.

EHDOTUKSET ASIOINTOPISTEESEEN TAI
SIVISTYSJOHTAJA IRA TOPPISILLE
(IRA.TOPPINEN@KARSAMAKI.FI TAI 044 445 6840)



Kärsämäen joulunavaus

LA 3.12. KATAJA-AREENALLA
MYYJÄISET KLO 10-14

11:00 esiintyy Tanssiopisto Uusikuu

12:00 Ylioppilaiden lakitus,

Kunnanjohtajan jouluterveiset,

Puhallinorkesterin musiikkiesitys ja

Vuoden Kärsämäkisen julkistus

Paikalla Joulupukki ja tarjolla torttukahvit
(300:lle ensimmäiselle)

myyntipöytävaraukset:

karsamaen.kunta@karsamaki.fi

tai 044 445 6801



ELOKUVAILTA

LA 3.12.

Frosteruksen koulun auditoriossa (Opintie 6)

Klo 14.00 Lasse-Maijan etsivätoimisto:

Scorpionin arvoitus (k7/4)

klo 16.00 Ihmeellinen maailma (k7/4)

klo 18.00 Suon villi laulu (k12/9)

Liput 10 €



LISÄTIEDOT: KULTTUURITOIMI 044 445 6840

Kärsämäen kunta
Haapajärventie 1
86710 Kärsämäki

puh. 044 445 6801
www.visitkarsamaki.fi
www.karsamaki.fi

Viraston aukioloaika ma-pe 9-15
Vastaava toimittaja:
kunnansihteeri, 044 445 6804



Konttilan Siivous

Maa- ja kotitalousnaiset tekevät suursiivouksen Konttilassa tammi-helmikuun vaihteessa. Toiveena olisi, että yhdistykset järjestäisivät kaappinsa ennen sitä. Jos kaapeissa säilytetään elintarvikkeita, ne tulisi laittaa kannellisiin metalli- tai muovipurkkeihin. Kaappeihin laitetaan lappu SIIVOTTU kun ne on käyty läpi.

Kiitos !

Maa- ja kotitalousnaiset
 050 5350273

KIERRÄTYSKESKUS FENIX

Frosteruksenkatu 3, Kärämäki, ma-pe 10-17, la 10-14

p. 040 6765084

• Siisti • Valoisa
• Hyvän palvelun kierrätyskeskus

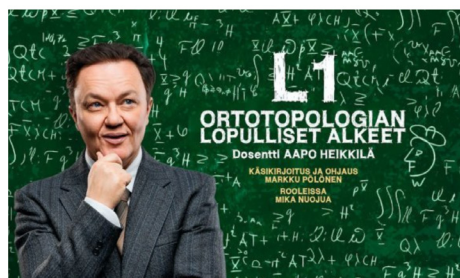
Tule tekemään löytöjä!

Noutopalvelu!

Haemme veloituksetta isommat tavaraerät ja esim. huonekalut Kärämäeltä ja lähialueilta. Tule häymään tai soita ja sovi nouto tavaraillesi!

Kärämäen hunka / työllisyyspalvelut

TEATTERIRETKELLE ILMOITTAUTUNEET



Lähtö Kärämäeltä la 10.12. klo 13.00. Voit nousta kyytiin Juustoportilta tai TB:ltä. Lipun hinta 20 euroa kerätään linja-autossa.

Lisätiedot: ira.toppinen@karsamaki.fi tai 044 4456840

Frosteruksen ja Saviselän kerhot

- Sulkapallokerho yli 9-vuotiaalle. Maanantaisin klo 15.00-16.00 ja perjantaisin klo 15.00-16.30 **Frosteruksen koulun liikuntasalissa**. Huom. kerhoon tulevat uudet pelaajat ensin maanantain vuorolle. Sunnuntaisin sulkapallokerho klo 10.00-11.30 **Kataja-Areenalla**. Ohjaajina Katajan sulkapalloilijat.
- Frosteruksen sählykerho yläkoululaisille ja lukiolaisille. Keskiviikkoisin klo 15.00-16.30 liikuntasalissa. Ohjaajana Miika Halonen.
- Saviselän sählykerho 3-6lk oppilaille. Keskiviikkoisin klo 14.00-15.00 Saviselän koulun liikuntasalissa. Ohjaajana Tuure Leinonen.
- Frosteruksen liikuntakerho 3-6lk oppilaille. Tiistaisin klo 16.00-17.00 liikuntasalissa. Ohjaajana Ilpo Hautakangas.
- Frosteruksen kuvikerho 3-6lk oppilaille. Keskiviikkoisin klo 13.00-15.00 Katrin luokassa (alakoulun päädyn yläkerran luokka 223). Ohjaajana Katri Pappila.
- Frosteruksen käsityökerho - mopot ja metallityöt yläkoululaisille. Torstaisin klo 15.00-17.00 teknisen työn luokassa. Ohjaajana Joni Kangaskokko.
- Tanssikerho 1-9lk oppilaille. Keskiviikkoisin Kataja-Areenalla klo 15.00-16.00. Ohjaajana Katri Pappila ja Marika Karsikas

KIRJASTO

Haapajärventie 1
p. 044-4456 852
p. 040-682 4996
kirjasto@karsamaki.fi joki.finna.fi



Itsenäisyyspäivän aattona maanantaina 5.12. kirjasto poikkeuksellisesti avoinna klo 9 – 16. Itsenäisyyspäivänä ti 6.12. suljettu.

Asiakaspalvelun aukioloajat
ma klo **11 – 20**
ti, ke ja to klo **11 – 18**
pe klo **9 – 16**.

Ma-to 9-11 itsepalvelulainaus.

Hae omatoimista lainausta varten PIN-koodi kirjaston asiakaspalveluaikana.

Pyydä tarvittaessa opastusta itsepalvelulainauksen käyttöön.

Opastamme myös verkkokirjastomme (joki.finna.fi) ja e-palveluidemme käytössä.

Kirjaston palveluihin kuuluu myös Digituki. Autamme älylaitteiden käytössä ja opastamme yleisiä digitaalisten palvelujen periaatteita.

Joulusatuhetki
perjantaina 16.12. klo 9.30

Osallistujat saavat joulusatuhetkestä
satupassiinsa kaksi
osallistumismerkintää.
Ahkerat osallistujat palkitaan keväällä.

**Nyt voi kirjastossakin hoitaa
maksut pankkikortilla!**

Joulukuun loppuun asti
maksuvälineinä käy sekä
käteinen että korttimaksu. Ensi
vuoden alusta alkaen käy vain
korttimaksu.

Rauhallista joulua!

Tule hakemaan lukemista, joulukirjat esillä.

LIIKUNTA- JA NUORISOTOIMI

Oletko kiinnostunut kuntosaliharjoittelusta, kaipaatko tukea tai innostusta aloittamiseen?

Voin tsemapata sinut alkuun
ohjelman ja ohjauksen avulla.
Olethan yhteydessä

Hyvinvointiohjaaja Margareetta
044 4456812

KÄRSÄMÄEN SEURAKUNTA



KIRKONMENOT Jouluna 2022 ja Uuden Vuoden 2023 alkaessa Jumalanpalvelukset nähtävissä myös Kärsämäen seurakunnan YouTubeissa ja Facebookissa.

Su 27.11. Klo 10 1. **Adventtisunnuntain perhemes-**
su (Heikki, Jarkko). Uusi kirkkovuosi alkaa, adventin aika alkaa. **Enkelinäyttelyn avaus.** Kolehiti Kirkon ulkomaanavulle pakolaisten auttamiseen. Tule kirkkoon laulamaan HOOSIANNA!!

Ke 30.11. Klo 9.45 Lasten adventtihartaus kirkossa (Heikki, Maija, Jarkko)

To 01.12. Klo 16.30 Nuorten Jumis kirkossa (Heikki, Maija, Jarkko). Adventtihartauden jälkeen myyjäiset seurakuntakodissa klo 13 saakka. Tarjolla riisipuuro, luumukiisseli ja torttukahvit 6 e. Arvontaa, lapsille ongintaa. Myytävänä leivonnaisia ja käsitöitä. Lahjoituksia vastaanotetaan! Tuotto lähetykselle ja diakoniatyölle. Käteismaksu!

Su 04.12. Klo 10 2. Adventin jumalanpalvelus, aiheena Kuninkaasi tulee kunniassa, (Heikki, Jarkko). Kolehiti Open Doors ry:lle.

Ti 06.12. Klo 10 Itsenäisyyspäivän juhla jumalanpalvelus (Heikki, Jarkko ja Saara Kallinen ja Tuija Loukkola). Kolehiti Veteraanivastuu ry:lle. Heti jp:n päätteeksi kulkue sankarihautoille ja seppeleen lasku muistomerkillä. Tämän jälkeen **seurakuntakodissa n. klo 11 alkaen itsenäisyyspäivän juhla**, jossa Simo Saastamoisen johtama vaskiyhtye johdattelee musiikin juhlatunnelmiin. Khra Heikki Valkaman juhlapuhe. Juhlan päätteeksi kakkukahvit. **Kaikki ovat tervetulleita Suomen105- vuotisjuhlakahville!**

To 08.12. Klo 16.30 Nuorten jumis ja Kauneimmat Joululaulut kirkossa.

Su 10.12 klo 18 OP:n joulukonsertti, Jouni Somero (piano) ja Anne Cher (laulu), Kaikille vapaa pääsy!

Su 11.12. klo 10 3. Adventin jumalanpalvelus. Risti-saatto (riparilaiset, Maija, Heikki, Jarkko)

Klo 13 Lasten Kauneimmat Joululaulut kirkossa. Tuotto seurakunnan kummikohteeseen, Nepalín vammaisten lasten koulutukseen SLS:n kautta (Maija, Jarkko).

Ke 14.12. klo 11 KAIKENVÄEN jouluateria; Juhlaa ja ateriala! Tervetuloa!

Klo 18 Jokilaaksojen musiikkiopiston konsertti kirkossa. Tervetuloa!

La 17.12. Klo 18 Joulukonsertti kirkossa, Alakärppä & Luukkonen. Tervetuloa tasokkaaseen konserttiin!

Su 18.12. Klo 10 4. Adventin messu (Heikki, Jarkko)

Klo 18 Kauneimmat Joululaulut kirkossa. Tuotto seurakunnan kummikohteeseen, Nepalín vammaisten lasten koulutukseen SLS:n kautta (Heikki, Jarkko)

La 24.12 Klo 14 Jouluaaton hartaus (n 30 min). Klo 23.30 Jouluyön messu (Heikki, Jarkko)

Ma 26.12. Klo 10 (Huom) Tapanin messu kirkossa. (Heikki, Jarkko)

La 31.12. klo 23.30 Uudenvuoden yömessu (Heikki, Jarkko)

Pe 06.2023 klo 10 (Huom) Loppiaisen jouluvirsijumalanpalvelus. (Heikki, Jarkko)

JÄRJESTÖT JA YHDISTYKSET

Kärsämäen Sydänyhdistys ry

*Hyvää Itsenäisyyspäivää.
Rauhallista Joulun aikaa.*

Kerhomme jää Joulukuun ajaksi tauolle.

Muistiluotsi

Iloa ja energiaa- ryhmä muistisairauteen sairastuneille ja läheisille

**Tiistaina 13.12.2022
klo 13.00-14.30**

Konttilassa (Pomojantie 5)
Tervetuloa!

Uusi osallistuja ilmoittaudu:
Greta 040 026 8711



Muistiluotsi
asiantuntija- ja tukikeskus
Keski-Pohjanmaa

Eläkeliitto Kärsämäen yhdistys ry

Ei kerhoa ma 5.12.

Puurojuhla to 8.12 klo 11 Konttilassa (K1: Outi, Alli, Irma, Pirjo, Eija ja Sulo). Puuroa, soppaa ja torttukahvit. Ohjelmaa. Pukki luvannut piipahtaa.

Ken lahjan tuo, se lahjan saa, arvo noin 5 €.

Bocciaa Konttimäessä torstaisin klo 13.

*TOIVOTAMME KAIKILLE
RAUHALLISTA JOULUN AIKAA!*

Kärsämäen Tules ja Reuma ry

Porinakerho ke 30.11. klo 11.00 Konttilassa joulumielellä. Arvonnassa joulukinkkuja + tavallista arvontaa, kahvitellaan ja laulellaan joululauluja, porinaa unohtamatta.

Vesijumppaa vielä 28.11. ja 5.12, sitten jäädään joulutauolle. Kuntosali ryhmä jatkuu...

ke 14.12. klo 11.00 alkaen vietetään perinteistä puurojuhlaa, tarjolla riisipuuroa rusinasopan kera, torttukahvit ja jotain suolaista lisäksi. Arvontaa ja kuka haluaa tuoda arvontaan jotain niin laittakaa se joulupaperiin.

Näitä aikoja odotellessa.

*Tervetuloa mukaan iloiseen porukkaan
ja pyydä ystäväsikin mukaan!*

Kärsämäen maa- ja kotitalousseura



*Toivotamme Rauhallista
ja Hyvää Joulunaikaa!*

Muistathan, että tarvittaessa meiltä löytyvät vuokralle kahvi- ja ruokakalusto, kahvinkeitin (100 kuppia) Tiedustelut Sirkka Jokitalo p. 040 518 0199 tai Nina Prättälä p.040 567 4012

Alle 29-vuotias nuori / nuori aikuinen,
**onko Sinulla unelma, mutta haastetta löytää
reitti unelman toteuttamiseen?**
Haluaisitko apua tai infoa koulutus-,
työllistymis-, asumis- tai muissa asioissa?
ETSIVÄ NUORISOTYÖ AUTTAA 😊

Ammatilliseen koulutukseen on
mahdollista hakea **jatkuvassa haussa** ympäri
vuoden. Hakuaika vaihtelee oppilaitoksittain ja
koulutuksittain. Saat tietoa jatkuvan haun tarkoista
hakuajoista oppilaitosten verkkosivuilta tai Opintopolun
tarjontaosiosta. Voit hakea jatkuvassa haussa
ammattilliseen koulutukseen, jos sinulla on jo ennestään
ammattillinen tutkinto tai korkeakoulututkinto tai jos olet
työelämässä ja mietit alanvaihtoa. Lisäksi voit hakea
jatkuvassa haussa kevään yhteishaussa vapaiksi
jääneille ammatillisen koulutuksen ja lukiokoulutuksen
opiskelupaikoille.



beta.opintopolku.fi

**Ota rohkeasti yhteyttä asiassa kuin asiassa,
autamme mielellämme 😊** Voimme varata
ajan tapaamiseen ja toki voimme auttaa myös
puhelimessa, tekstareilla tai vaikka |
WhatsApp:ssa.

Ansku/ etsivä nuorisotyö, p. 050 5275 503,
sp. annemari.teppo@snack.fi

Elina / etsivä nuorisotyö, p. 050 3048 257,
sp. elina.pietikainen@snack.fi

Silmun jouluruokailu Porinassa su.4.12.klo
13:00 alkaen. Tiedustelut puh.040 726 9850



**TÄRKEINTÄ ON LÄHTEMINEN
VÄHINTÄÄN KERRAN PÄIVÄSSÄ!**
Seuraa Hengitysliiton sivuilta hyvää asiaa.
www.hengitysliitto.fi

■ Astmaa sairastavien vertaispuhelin: maanantaisin
klo 18-20 puh. 044 407 7012

■ Keuhkoastumatautia sarastavien vertaispuhelin:
tiistaisin klo 10-12 puh. 044 407 7013

■ Sisäilmavertaispuhelin: tiistaisin klo 9-12 ja
torstaisin klo 16-19 Puh. 044 407 7010

Myös suosittu keuhkoastumatauti-
opas on kuunneltavissa. Voit kuunnella
jaksot myös hengitysliiton verkkosivuilta.

Etsi sinäkin sopiva liikuntatuokio
itsellesi. Hae kyselyllä: youtube
hengitysliiton jumppatuokiot!



*Kaikille yhdistysten
toimijoille Hyvää Joulua ja
toiminnallista Uutta Vuotta 2023*

Paanukirkon kannatusyhdistys ry



Jokihelmen opisto

UIMAKOULUT JOULUKUUSSA!



Lasten uimakoulu uimataidottomat 5-6 v Kärsä-
mäki syksy 02800051

8.-16.12.2022 7 t 34,00 €, Ma-Pe 17.00-17.45

Koivupuisto, uimahalli, Sirkka Luusua

Tutustumme veteen ja harjoittelemme vedessä liikku-
mista, kellumista, liukumista, sukeltamista ja alkeisui-
ntia. Tavoitteena oppia uimaan noin 5 m vapaalla tyy-
lillä. Huoltajat huolehtivat tarvittaessa itse lapsensa
pukuhuoneesta ja pesutiloista valmiiksi altaalle kurs-
sin alkamisaikaan mennessä. Ilmoittautuminen päättyy
2.12.2022

Lasten uimakoulu jatko 7-10 v Kärsämäki syksy
02800052

8.-16.12.2022 7 t 34,00 €, Ma-Pe 17.50-18.35 Koivu-
puisto, uimahalli, Sirkka Luusua

Jatkokurssi on tarkoitettu lapsille, jotka osaavat uida
n. 5 metrin matkan. Kertaamme uinnin perusasioita ja
harjoittelemme uintitekniikoiden alkeita. Tavoitteena
oppia uimaan 10 metriä vapaalla tyylillä. Huoltajat huo-

lehtivat tarvittaessa itse lapsensa pukuhuoneessa ja pesutiloissa valmiiksi altaalle kurssin alkamisaikaan mennessä. Ilmoittautuminen päättyy 2.12.2022

Lasten uimakoulu uimataitoiset Kärsämäki syksy 02800053

8.–16.12.2022 7 t 34,00 €, Ma-Pe 18.40–19.25, Koivupuisto, uimahalli, Sirkka Luusua

Lasten uimakoulu uimataitoiset, on tarkoitettu lapsille, jotka osaavat uida jo 10 metrin matkan. Harjoittelemme uintitekniikoita. Huoltajat huolehtivat tarvittaessa itse lapsensa pukuhuoneessa ja pesutiloissa valmiiksi altaalle kurssin alkamisaikaan mennessä. Ilmoittautuminen päättyy 2.12.2022

Ilmoittautuminen kevään 2023 kursseille on nyt alkanut!

Kurssitarjonta on nähtävillä internetissä sekä oppaat selattavissa kirjastoissa. Voit ilmoittautua kevään kursseille

www.jokihelmenopisto.fi tai 044 7591 999.

KEVÄT 2023

Luennot

Ravinto ja suolisto luento Kärsämäki kevät 02570001

8.2.2023 2 t, Ke 19.15–20.45

Frosteruksen koulu, auditorio, C-ovi, Päivi Mustajärvi

Miten ravinto vaikuttaa suoliston kuntoon? Miten saan apua erilaisiin suolisto-ongelmiin? Luennotille vapaa pääsy, mutta ennakoilmoittautuminen 1.2.2023 mennessä. Ilmoittautuminen päättyy 1.2.2023

Erityisryhmien toimintakyvyn tukeminen

Kuvataide Kimppa-kämpä Kärsämäki kevät 02110002

9.1.–17.4.2023 26 t 53,00 €

Ma 13.00–14.30, Kimppa-Kämpä, Sali, Juho Yli-Posso

Kuvataidetta vaihtuvilla aiheilla ja tekniikoilla omien mieltymysten mukaan. Kurssimaksu sisältää materiaa-
limaksun 10 €. Ilm. päättyy 2.1.2023

Mukavaa musisointia Kärsämäki kevät 02110006

10.1.–11.4.2023 13 t 30,00 €

Ti 10.25–11.10, Toimintakeskus Rantapääsky, Timo Jääskelä

Työniloa ja toimintakykyä yhdessä musisoiden. Ilm. päättyy 2.1.2023

Sisuliikkujat Kärsämäki kevät 02110008

11.1.–12.4.2023 13 t 30,00 €

Ke 11.30–12.15, Konttimäki, Sali, Juho Yli-Posso
Liikumme ja pelaamme ryhmän jäsenten toimintakyvyn mukaan. Ilm. päättyy 2.1.2023

Vire-Lavis erityisryhmille Kärsämäki kevät 02110010

12.1.–13.4.2023 13 t 30,00 €

To 12.00–12.45, Konttimäki, Sali, Paula Madetoja
Vire-Lavis pohjautuu lavatanssijumppaan ja on siitä sovellettu versio henkilölle, jolla on sairauden, vamman tai muun syyn vuoksi toimintakyvyn rajoituksia. Tunnit toteutetaan pääosin istuen ja tuolia apuna käyttäen. Tanssilajit humppa, valssi, jenkka, tango jne. Soitetaan kotimaista lavatanssimusiikkia. Ilm. päättyy 2.1.2023

Kielet

Englantia jonkin verran sitä osaaville Kärsämäki kevät 02200002

12.1.–13.4.2023 26 t 43,00 €

To 17.00–18.30. Frosteruksen koulu, kieliluokka 2, A-ovi, Pirjo Sirén

Tällä kurssilla kertaat ja syvennät aiemmin oppimiasi asioita. Kurssin sisältö räätälöidään opiskelijoiden taitojen mukaan. Oppikirjana käytämme Steps into English. Ilm. päättyy 2.1.2023

Kuvataide ja muotoilu

Kuvataide Frosterus Kärsämäki kevät 02300002

10.1.–11.4.2023 39 t 55,00 €

Ti 17.45–20.00, Frosteruksen koulu, kuvaamataidon luokka 2033, H-ovi, Juho Yli-Posso

Kuvataidetta eri tekniikoilla. Ota mukaan omat taide-
tarvikkeet. Opinnot voidaan hyväksilukea osittain kuvataiteen teemaopintoihin (taiteen perusopetus). Ilm. päättyy 2.1.2023

Kuvataide perusteet TPO 7-12 v Frosterus Kärsämäki kevät 02300004

9.1.–8.5.2023 30 t 83,00 €

Ma 16.00–17.30, Frosteruksen koulu, kuvaamataidon luokka 2033, H-ovi, Marjut Lustig

Taiteen perusopetus. Työmuotoja ovat mm. piirustus, maalaus, muotoilu, rakentelu ja grafiikka. Kurssimaksu sisältää materiaa-
limaksun 20 €. Ilm. päättyy 2.1.2023

Kädentaidot

Kudonta ja käsityö Aleksintie Kärsämäki kevät 02400002

11.1.–12.4.2023 39 t 55,00 €

Ke 15.15–17.30, Kutomo Aleksintie, Maria Leena Aho. Ilm. päättyy 2.1.2023

Kudonta ja käsityö Porkkala Kärsämäki kevät 02400004

12.1.–13.4.2023 39 t 55,00 €

To 18.30–20.45, Porkkalan koulu, kutomo, Maria Leena Aho. Ilm. päättyy 2.1.2023

Kudonta ja käsityö Venetpalo Kärsämäki kevät 02400006

11.1.–12.4.2023 39 t 55,00 €

Ke 18.00–20.15, Töllin tupa, Maria Leena Aho

Ilm. päättyy 2.1.2023

Lankatyöt Aleksintie Kärsämäki kevät 02400008

12.1.–13.4.2023 39 t 55,00 €

To 15.30–17.45

Kutomo Aleksintie, Maria Leena Aho

Lankatekniikoita toiveiden mukaan eri tekniikoilla kuten kirjomalla, neulomalla, virkkaamalla, koukkuamalla ja solmimalla. Sopii vasta-alkajille ja kokeneille käsityön harrastajille. Ilm. päättyy 2.1.2023

Puu- ja metallityö Frosterus Kärsämäki kevät 02400013

12.1.–13.4.2023 39 t 55,00 €

To 18.00–20.15, Frosteruksen koulu, puutyöluokka 133, Juha Vierimaa. Puu- ja metallitöitä omien toiveiden ja tarpeiden mukaan. Ilm. päättyy 2.1.2023

Naisten puutyö Kärsämäki kevät 02400015

9.1.–17.4.2023 39 t 55,00 €

Ma 18.00–20.15, Frosteruksen koulu, puutyöluokka 133, Juha Vierimaa. Kurssilla valmistamme pienehköjä kodinkalusteita, kuten esim. kaappeja, hyllyjä, säilytyslaatikoita ym. Käytännön työskentelyn kautta opitaan koneiden ja käsityövälineiden käyttöä sekä liitostekniikoita ja pintakäsittelyä. Olennaista ei ole osaaminen, vaan halu kokeilla ja oppia uutta. Tavotteena on, että kurssille olisi jatkosakin matala kynnyks osallistua. Sopii aloitteilijoille kuin kokeneemmillekin nikkaroojille. Ilm. päättyy 2.1.2023

Viikinkipunos lyhytkurssi Kärsämäki kevät 02400025

15.–29.4.2023 12 t 28,00 €

La 10.00–15.00, Kutomo Aleksintie, Johanna Riepula Tule tekemään upeita ketjuja ja koruja viikinkipunos-tekniikalla! Metallilangalla punottava viikinkipunos on nimensä mukaan vanha tekniikka mm. korujen valmistuksessa. Työvälineet ja tarvikkeet ovat yksinkertaiset ja se sopii lähes kaikille. Materiaalina voit käyttää sterlinghopealankaa tai edullisempaa metallilankaa ja työhön voi yhdistää esim lasihelmiä ja erilaisia riipuksia. Aloitamme alkeista. Kokoonnumme la 15.4. ja la 29.4. Lähetämme ohjeet tarvikkeiden hankintaan ennen kurssin alkua. Perustarvikkeet ja materiaalit voit myös ostaa kurssilta (n. 5 €/koru). Opistolla on lainattavia välineitä. Ilm. päättyy 7.4.2023

Tuftaus lyhytkurssi Kärsämäki kevät 02400027

6.5.2023 8 t 19,00 €

La 9.00–16.00, Kutomo Aleksintie, Tuija Törmikoski Tuftaus on nopea ja hauska tekniikka. Työväline on tuftausneula, punch needle, millä teet mielenkiintoista, ryijymäistä pintaa eri vahvuisilla langoilla. Tässä tekniikassa voit käyttää mitä erilaisimpia lankoja ja hyödyntää kaappien kätöksissä olevat ylijääneet lankavarastot upeiksi tuotteiksi. Tuftaamalla voit valmistaa mm. tauluja, seinä- ja sisustustekstiilejä, pieniä kasseja ja pussukoita. Ohjeet tarvikkeiden hankintaan lähetetään ennen kurssin alkua. Ilm. päättyy 28.4.2023

Liikunta

Jumppa Saviselkä kevät 02800002

9.1.–17.4.2023 17,33 t 40,00 €

Ma 19.00–20.00, Saviselän koulu, Sali, Riina Tikkanen. Naisille ja miehille suunnattu yleis- ja lihaskuntoa kohottava liikuntatuokio, joka sisältää alku-lämmittelyn, lihaskunto-osuuden ja loppuvenyttelyn opiskelijoiden toiveet huomioiden. Ilm. päättyy 2.1.2023

Kuntosalicircuit päiväryhmä Kärsämäki kevät 02800008

10.1.–11.4.2023 17,33 t 63,00 €

Ti 11.45–12.45, Liikuntakeskus Buusti Kärsämäki, kuntosal, Huhmarniemi/Klemetilä vuoroviikoin Vauhdikas kiertoharjoittelutunti. Tehokkaat perusliikkeet laitteilla ja vapailla painoilla. Vaihto laitteesta ja liikkeestä toiseen nopeasti, joten syke pysyy ylhäällä treenin ajan. Soveltuu kaikille. Ilm. päättyy 2.1.2023

Kuntosalicircuit iltaryhmä Kärsämäki kevät 02800010

11.1.–12.4.2023 17,33 t 63,00 €

Ke 18.00–19.00, Liikuntakeskus Buusti Kärsämäki, kuntosal, Huhmarniemi/Klemetilä vuoroviikoin Ilm. päättyy 2.1.2023

Lavis Kärsämäki kevät 02800012

12.1.–13.4.2023 17,33 t 40,00 €

To 18.40–19.40, Konttimäki, Sali, Paula Madetoja Lavis perustuu lavatanssiaskeleiden ja jumpan välimuotoon, jota tanssitaan yksin. Helpot koreografiat, hupppa, jenkka samba, jive, salsa. Ilm. päättyy 2.1.2023

Miesten venyttely ja sähly Kärsämäki kevät 02800014

11.1.–12.4.2023 17,33 t 40,00 €

Ke 19.00–20.00, Frosteruksen koulu, liikuntasali, koko sali, H-ovi, Juha Vierimaa. Venyttelyä ja sählyn pelaamista miehille. Ilm. päättyy 2.1.2023

Lauantai-illan sähly Kärsämäki kevät 02800050

14.1.–22.4.2023 17,33 t 40,00 €

La 18.00–19.00

Frosteruksen koulu, liikuntasali, koko sali, H-ovi, Juha Vierimaa. Venyttelyä ja sählyn pelaamista naisille ja miehille. Teholtaan raskas. Ilm. päättyy 2.1.2023

Physiopilates Kärsämäki kevät 02800024

11.1.–19.4.2023 17,33 t 40,00 €

Ke 18.00–19.00, Konttimäki, Sali, Paula Kallatsa-Korpi. Keskivartalon, hartia- ja lantion stabiliteetin merkitys pilatesharjoittelussa sekä hengityksen ja liikkeen yhdistäminen. Tarvitset jumppamatton ja elastiset liikkumisen mahdollistavat vaatteet, ei kenkiä. Teholtaan keskiraskas. Ilm. päättyy 2.1.2023

SJL-jooga Kärsämäki kevät 02800028

11.1.–19.4.2023 21,66 t 50,00 €

Ke 19.10–20.25, Konttimäki, Sali, Paula Kallatsa-Korpi

Suomen joogaliiton jooga ohjaa kohti mielenrauhaa, sisäistä hiljaisuutta sekä tietoista läsnäoloa. Lisää kehon liikkuvuutta, notkeutta, kohentaa kokonaisterveyttä ja fyysistä kuntoa sekä opettaa rentoutumista ja oikeaa hengitystä. Sopii kaikille. Ilm. päättyy 2.1.2023

Liikuntakoulu 6-10 v Kärsämäki kevät 02800030

9.1.–17.4.2023 17,33 t 40,00 €

Ma 17.00–18.00, Frosteruksen koulu, liikuntasali, H-ovi, Hanna Jantunen. Opettelemme perusliikuntataitoja, kehonhallintaa, välineenkäsittelytaitoja sekä ryhmässä toimimista erilaisten pelien ja leikkien muodossa. Sopii tytöille ja pojille. Ilm. päättyy 2.1.2023.

Telinevoimistelu alkajat ja jatkajat yhdistetty ryhmä**Kärsämäki kevät 02800032**

9.1.–17.4.2023 17,33 t 40,00 €

Ma 18.00–19.00, Frosteruksen koulu, liikuntasali, H-ovi, Hanna Jantunen. Voimistellaan telineillä ja harjoitellaan vauhdikkaita permantosarjoja sekä akrobaattisia voimisteluliikkeitä, kuten perhosvoltti, takaperin voltti, puolivoltit eteen ja taakse ja käsilläkävely. Liikkeitä sovelletaan ryhmän ja yksilön taitojen mukaisesti. Sopii tytöille ja pojille. Ilm. päättyy 2.1.2023

Tuolijumppa Kärsämäki kevät 02800034

11.1.–12.4.2023 13 t 30,00 €

Ke 14.45–15.30, Konttimäki, Sali, Katja Klemettilä. Jumppaa rauhalliseen tahtiin ilman musiikkia istuen tai tuolia apuna käyttäen. Lihaskuntoa vahvistavia liikkeitä, venyttelyä ja tasapainoharjoituksia. Ilm. päättyy 2.1.2023

Perusjumppa Kärsämäki kevät 02800043

9.1.–17.4.2023 13 t 30,00 €

Ma 19.15–20.00, Konttimäki, Sali, Hanna Jantunen. Perusjumppa: alkulämmittely, lihaskunto-osuus sekä loppuvenyttely. Harjoitukset toteutetaan kehonpainon avulla, käytetään myös kahvakuulia, jumppakeppejä sekä tehdään kuntopiiriharjoituksia. Teholtaan keskiraskas. Ilm. päättyy 2.1.2023

Pumppi Kärsämäki kevät 02800045

11.1.–12.4.2023 13 t 47,00 €, Ke 17.00–17.45, Liikuntakeskus Buusti Kärsämäki, kuntosali Huhmarniemi/Klemettilä. Musiikin tahtiin tehtävää lihaskuntoharjoittelua, jossa treenaamme läpi kaikki kehon suurimmat lihasryhmät levytangon, levypainojen ja steppilaudan avulla. Jokainen valitsee käyttämänsä painot itse oman kunnon ja tavoitteiden perusteella. Ilm. päättyy 2.1.2023

Tae Kwon-Do (ITF) Kärsämäki kevät 02800047

15.1.–23.4.2023 26 t 43,00 €

Su 13.00–14.30, Frosteruksen koulu, liikuntasali, koko sali, H-ovi, Tapio Pitkälä

Yli 7 vuotiaille. Peruskurssilla opetellaan lajiin kuuluva salikäyttäytyminen, peruslyönnit, -potkut, -torjunnat, lihaskuntoharjoitteet, perusteet itsepuolustuksesta, sekä korean kielistä sanastoa. Ylle verkkarit, mukaan juomapullo. Opiskelija huolehtii vakuutusturvastaan itse. Kamppailulajeissa opiston vakuutus koskee vain teoriajaksoja. Ilm. päättyy 2.1.2023

Tehotreeni lyhytkurssi Kärsämäki kevät 02800040

8.–29.5.2023 2,66 t 10,00 €

Ma 18.45–19.15 Konttimäki, Sali, Riina Tikkanen

Tehotreeni 30 min: sisältää alkulämmittelyn, treenin sekä loppujäähdyttelyn. Sykettä nostattavaa lihaskuntoharjoittelua omalla kehonpainolla. Taso: keskitaso-raskas. Lyhyet, mutta tehokkaat treenit vielä ennen kesää – tule rohkeasti mukaan hyvällä mielellä! Ilm. päättyy 2.5.2023

Kehonhuolto lyhytkurssi Kärsämäki kevät 02800041

8.–29.5.2023 2,66 t 10,00 €

Ma 19.20–19.50 Konttimäki, Sali, Riina Tikkanen

Kehonhuolto 30 min: Venyttelyä sekä liikkuvuutta ja kehonhallintaa kehittäviä liikkeitä. Sopii hyvin Tehotreeni kurssin lisäksi. Ilm. päättyy 2.5.2023

Vesiliikunta**Naisten ja miesten vesijumppa Kärsämäki kevät 02800016**

9.1.–17.4.2023 13 t 80,00 €

Ma 19.50–20.35, Koivupuisto, uimahalli, Mia Tuomis-

to. Vesijumppa sopii mainiosti kaiken ikäisille, kokoisille ja kuntoisille. Vedessä liikkeet ovat pehmeitä ja tehokkaita, siksi nivelistäväallinen vesijumppa sopii erinomaisesti myös kuntoutujille. Kurssimaksu sisältää uimaliput. Ilm. päättyy 2.1.2023

Naisten vesijumppa 1 Kärsämäki kevät 02800018

9.1.–17.4.2023 13 t 80,00 €

Ma 19.00–19.45, Koivupuisto, uimahalli, Mia Tuomisto. Ilm. päättyy 2.1.2023 15.00

Naisten vesijumppa 2 Kärsämäki kevät 02800020

10.1.–11.4.2023 13 t 80,00 €

Ti 9.00–9.45 Koivupuisto, uimahalli, Huhmarniemi/Klemetilä vuoroviikoin. Ilmoittautuminen päättyy 2.1.2023

Naisten vesijumppa 3 Kärsämäki kevät 02800022

10.1.–11.4.2023 13 t 80,00 €

Ti 9.50–10.35 Koivupuisto, uimahalli, Huhmarniemi/Klemetilä vuoroviikoin. Ilm. päättyy 2.1.2023 15.00

Musiikki

Laulun salat - laulun lyhytkurssi Kärsämäki kevät 01200026

18.–26.3.2023, 53,00 €, La – Su 10.00–17.00

Frosteruksen koulu, auditorio, A-ovi, Kristiina Nietula

Yksilöopetus 45 min/kerta, yhteensä 4 kertaa. Lisäksi kurssin osallistujilla on mahdollisuus seurata passiivisena toisten harjoituksia osana opetusta. Matkan kynnyksen lyhyt intensiivinen laulukurssi kahtena viikonloppuna, jossa perehdytään laulamisen saloihin monipuolisesti ja kokonaisvaltaisesti. Tuo mukana kaksi laulua (ei pakollinen). Säestäjä mukana 25.-26.3. Opettajana toimii nivalalaisyntyinen oopperalaulaja, laulupedagogi Kristiina Nietula. Ilm. päättyy 10.3.2023

Harmonikka ryhmäopetus Kärsämäki kevät 02100002

11.1.–12.4.2023 39 t 55,00 €

Ke 18.30–20.45, Konttila, tupa, Noora Repo
Ryhmäopetus. Soittamisen perustaidot. Soitamme yhdessä monipuolista harmonikka- ja laulumusiikkia. Oma soitin mukaan. Vasta-alkajille ja harmonikkaa jo soittaneille. Ilmoittautuminen päättyy 2.1.2023

Karaoke Kärsämäki kevät 02100004

10.1.–11.4.2023 2852 81,00 €

Ti 18.00–21.15

Frosteruksen koulu, musiikkiluokka 159, H-ovi, Miika Kiiskinen

Mikrofonin käyttöä, tekniikkaa, esiintymistä ja uusia karaokelauluja. Käytössä tietokonepohjaiset ammatilaiskaraokelevyt suomalaisilta valmistajilta. Vasta-alkajille sekä pidempään karaokea harrastaneille. Ilm. päättyy 2.1.2023

Kitara Frosterus 20 min Kärsämäki kevät 02100006

11.1.–12.4.2023, 79,00 €

Ke 15.05–16.05, Frosteruksen koulu, musiikkiluokka 159, H-ovi, Juha-Matti Kurra. Ilm. päättyy 2.1.2023

Laulun iloa -lauluryhmä Kärsämäki kevät 02100008

13.1.–21.4.2023 26 t 43,00 €

Pe 11.30–13.00, Konttimäki, Sali, Hanna-Leena Mäyrä. Laulamme yhdessä pianon säestyksellä tuttuja ja myös harvemmin kuultuja ikivihreitä iskelmiä, laulelmiä ja hengellisiä lauluja yksinään. Tervetuloa kaikki laulun ystävät! Ilm. päättyy 2.1.2023

Lumoliekit Kärsämäki kevät 02100011

11.1.–12.4.2023 26 t 43,00 €

Ke 19.00–20.30, Frosteruksen koulu, musiikkiluokka 159, H-ovi, Saara Howe

Kurssin aikana opetellaan äänenmuodostusta ja stemmalaulua. Ohjelmisto on monipuolista sisältäen sekä viihdelauluja, kansanlauluja että perinteistä kuoromusiikkia. Tavoitteena järjestää kevätkonsertti sekä esiintyä erilaisissa kunnan ja seurakunnan järjestämissä juhlissa. Toivotamme tervetulleiksi uusia laulajia mukaan! Ilm. päättyy 2.1.2023

Piano Frosterus 20 min Kärsämäki kevät 02100013

13.1.–21.4.2023, 79,00 €

Pe 13.40–17.20, Frosteruksen koulu, musiikkiluokka 159, H-ovi, Hanna-Leena Mäyrä
Ilm. päättyy 2.1.2023

Piano Saviselkä 20 min Kärsämäki kevät 02100015

11.1.–12.4.2023, 79,00 €

Ke 16.15–18.15, Saviselän koulu, pianoluokka, Kirsti Ervasti. Ilm. päättyy 2.1.2023

Puhallinyhtye Kärsämäki kevät 02100017

9.1.–17.4.2023 39 t 55,00 €

Ma 18.00–20.15, Frosteruksen koulu, musiikkiluokka 159, H-ovi, Simo Saastamoinen
Ilm. päättyy 2.1.2023

Viulu TPO 30 min Kärsämäki kevät 02100019

12.1.–4.5.2023, 139,00 €

To 14.00–16.30

Frosteruksen koulu, musiikkiluokka 159, H-ovi,

Timo Hannula. Ilm. päättyy 2.1.2023

Viulu TPO 45 min Kärsämäki kevät 02100025

12.1.–4.5.2023, 205,00 €

To 16.30–17.15, rosteruksen koulu, musiikkiluokka

159, H-ovi, Timo Hannula. Ilm. päättyy 2.1.2023

Puhallimet tutuiksi Kärsämäki kevät 02100028

9.1.–17.4.2023 13 t 30,00 €

Ma 16.15–17.00, Frosteruksen koulu, musiikkiluokka 159, H-ovi, Kärsämäen puhallinorkesteri. Ryhmäopetus. Oman soittimen opettelua ja hallintaa, viivaston ja nuottien opettelua sekä yhteissoiton opettelua. Ilm. päättyy 2.1.2023

Yksinlaulu A Kärsämäki 30 min kevät 02100021

10.1.–11.4.2023, 61,00 €

Ti 15.00–20.00, Frosteruksen koulu, auditorio, A-ovi, Hannariina Tölli. Laulun yksilöopetus joka toinen viikko. Ilm. päättyy 2.1.2023

Yksinlaulu B Kärsämäki 30 min joka toinen viikko kevät 02100032

17.1.–18.4.2023, 61,00 €

Ti 15.00–20.00, Frosteruksen koulu, auditorio, A-ovi, Hannariina Tölli. Laulun yksilöopetus 30 min joka toinen viikko. Ilm. päättyy 2.1.2023

Tanssi**Latinobic Kärsämäki kevät 02500006**

12.1.–13.4.2023 17,33 t 40,00 €

To 17.30–18.30, Konttimäki, Sali, Paula Madetoja

Latinobic on soolotanssilaji, jossa opitaan perusaseleet ja lajinomaista liikuntaa. Tanssitaan lattareita esim. samba, rumba cha-cha-cha, jive, salsa ja merengue. Tanssitaustaa ei tarvita. Ilm. päättyy 2.1.2023

Tapahumat**Oppilaskonsertti Kärsämäki kevät 02100029**

14.4.2023 1 t

Pe 19.00–19.45, Kärsämäen seurakuntatalo

Jokihelmen opiston piano opiskelijoiden kevätkonsertti. Vapaa pääsy. Tervetuloa!

Keväällä tulossa seuraavat kurssit, joiden tiedot tarkentuvat kevään aikana. Seuraa ilmoittelua Kaiku-lehdessä.

Täytekakun täytteet ja upeat koristeet

la 22.4.2023 Frosteruksen koulu, opetuskeittiö

Hurmaa vieraasi - macaron-leivokset ovat juhlapöydän herkkua!

la 6.5.2023, Frosteruksen koulu, opetuskeittiö

Seuraavaan Kaikuun ilmoitukset viim. tiistaina
20.12.2022 osoitteeseen
karsamaen.kunta@karsamaki.fi

