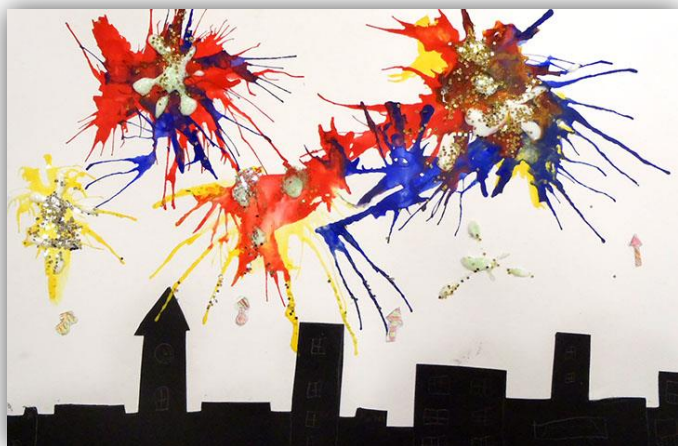




**LOVISA SVENSKA
MEDBORGARINSTITUTS
VÅRTERMIN 2018**



**Anmälning till nya kurser fr.o.m.
15.12.2017 kl. 12**

**Lovinfo 019 555 555 (må–fre kl. 9–16)
opistopalvelut.fi/loviisa/**

HISTORIA

Lovisa stads musikkapell 130 år – en berättelse i toner 250004M

lö 13.00–14.30, Harjurinteen koulu
10.3, avgiftsfri

Kapellmästare Johan Halmén, konferencier,
Arno Kantola. Tillställningen är tvåspråkig.

ÖPPNA UNIVERSITETET/HÄLSOVÅRD

Personlig hälsa 610100M

fr 16.00–19.15, lö 9.00–15.00, Mi,
språkklassen
9.2–10.3, kursavgift 60 €
Carina Nordman-Byskata

Kursens mål är att den studerande utvecklar förmåga till självinsikt och ökad självkännetdom samt kritisk utvärderingsförmåga och självreflektion i förhållande till det egna jaget, de egna livsvillkoren, existensen och samhället. OBS! Kursen ingår i Åbo Akademis öppna universitet och ger 5 studiepoäng.

DATATEKNIK

Grundkurs i data 340127M NY!

to 9.00–12.00, Mi, datasalen
8.2–22.3, kursavgift 48 €
Inge Ekholm

SENIORDATA: Kursen är avsedd för dig, som i långsam och lugn takt vill lära dig att använda datorn. Inga förhandskunskaper krävs.

Fortsättningskurs iPad 340129M NY!

ti 18.00–20.15, Mi, datasalen
30.1–13.2, kursavgift 18 €
Camilla Stjernvall

Deltagarna kan påverka innehållet. Ta med din egen iPad. Fortsättningskurs.

Nybörjarkurs i data 340132M

to 10.00–13.00, Mickelspiltom, Centrum
11–25.1, kursavgift 24 €
Inge Ekholm

SENIORDATA: För dig som redan kan lite om tangentbord och mus. Vi lär oss att hitta rätt på nätet och i datorn. För att delta i kursen behöver du en bärbar dator.

Internet i vardagen 340119M

må 10.00–13.00, Hindersby, Hemborg
12–19.3, kursavgift 16 €
Inge Ekholm

SENIORDATA: I den här kursen tas upp vilka medborgartjänster du behöver kunna för att klara av vardagen. För att kunna delta i kursen behöver du kunna hantera tangentbord och mus.

Dataöppet

må 18.00–20.00, on 13.00–16.00, Mi,
datasalen

8.1–16.4, kursavgift 10 €/h

Inge Ekholm och Camilla Stjernvall

Dataöppet ger dig möjlighet att i lugn och ro i egen takt lära dig och öva exakt det du vill tillsammans med en personlig handledare. Du kan ta med din egen bärbara dator. Du får också hjälp med kamera, telefon och surfplatta. Ta med instruktionsboken om du har den! **Ring kundservicekontoret Lovinfo, tfn 019 555 555 för att beställa tid.**

BILDKONST

Croquis 113005M NY!

lö 10.00–13.15, Mi, språkklassen

27.1–19.5, kursavgift 22 €

Linda Varoma

Teckning med levande modell. Tag med eget material. Kursdatum: 27.1, 3.3, 7.4, 21.4, 19.5

Skulptering 113302M NY!

lö–sö 9.00–16.00, TaideVerstas

10–11.2, kursavgift 36 €

Tero Maksimainen

Under kursen får du lära dig forma en skulptur i lera utgående från en levande modell. Tidigare erfarenhet behövs inte. Materialkostnaderna ingår i kursavgiften.

Vaxmålade ägg 113304M

fr 17.30–20.00, lö 10.00–16.15, Mi,
konstklassen

23–24.3, kursavgift 15 €

Roberta Roo

Vaxmålade ägg 113305M

fr 17.30–20.00, lö 10.00–14.15, Sävträsk
skola

16–17.3, kursavgift 14 €

Roberta Roo

Vi dekorerar ägg med traditionell vaxteknik. Materialkostnaderna 4 € ingår i kursavgiften.

HANTVERK

Hantverkshelg 114112M

to–fr 18.00–21.15, lö 10.00–17.00, sö 10.00–15.00, Mi, Textilhuset

18–28.1, kursavgift 24 €

Annette Wilenius-Lempinen

Sy nytt av gammalt, tillverka Tilda-dockor och eller förnya din inredning, du väljer själv vad du vill göra. Planeringskväll to 18.1 och tillverkning fre–sö 26–28.1.

Bli vän med symaskinen 114118M NY!

må 18.00–20.30, Mi, Textilhuset

5.3–14.5, kursavgift 33 €

Anna Huhta

Har du glömt bort vad du lärde dig på handarbetslektionerna i skolan? En grundkurs i klädsömnad hjälper dig komma igång igen! Vi lär oss hur man tar ut mönster, klipper till ett plagg och lär oss sy både på vanlig maskin och trikåmaskin. I sommar kan du klä dig i sånt du sytt själv!

Insekthotell 114212M NY!

sö 10.00–14.15, Ringborg

15.4, kursavgift 10 €

Eva Nylund

Vill du tillverka ett insekthotell för trädgårdens nyttiga pollinerare som fjärilar, bin, humlor och nyckelpigor? Kom då med på kurs. Samla ihop träbitar, pinnar, vasstrån, kottar osv. som vi sedan knåpar ihop till insekthotell.

Blyfotsdockor 114407M

fr 17.00–20.15, lö 9.00–17.45, sö 10.00–15.00, Pernå Prästgård

26–28.1, kursavgift 22 €

Gy Kaustell

Blyfotsdockorna kommer från Tyskland. Under kursen hinner du laga max tre dockor. Materialet till en docka kostar 45 €.

Verktyg för hovslagare 114210M

Vav lö-sö 10.00–15.00, Traditionscentrum
Kuggom
10.3–8.4, kursavgift 36 €
Stefan Willner

Vi tillverkar verktyg för att smida hästskor.
Kursveckoslut: 10–11.3, 24–25.3 och 7–8.4.

GRUNDLÄGGANDE KONSTUNDERVISNING

GKU Konstläger 135010M

må-to 9.00-15.15, Traditionscentrum
Kuggom
4–7.6, kursavgift 51 €
Tero Maksimainen och Tomi Korhonen

Grundläggande konstundervisning för barn i åk 2–4. Under konstlägret kommer vi att ta inspiration ur naturen, sagor och olika myter för att skapa vår egna mytiska saga. Med hjälp av bildkonstens och teaterns medel kommer barnen att få skapa sina egna karaktärer och den värld de lever i. Ta på dig bekväma kläder för både inom- och utomhus + egen väggkost. Materialavgift 20 € ingår i kursavgiften.

DANS

Pardans 820030M

sö 15.00–18.15, Liljendalgården
21–28.1, kursavgift 10 €
Teresa Helminen, Hillevi Fransman

På kursen dansar vi bl.a. rock, lindy hop, fox, vals och tango. Ta med bekväma skor och vattenflaska.

Jammabaila-fredag i Isnäs 820055M NY!

fr 18.00–20.30, Isnäs, Solbacka
2.2, kursavgift 10 €
Elina Mieskolainen

En svettig multidanskväll med FolkJam och Bailatino, som efterrätt lite yoga. Barfota, tossor, dansskor... Inga tidigare kunskaper av dans är nödvändigt.

Jammabaila-söndag i Liljendal 820056M NY!

sö 13.00–15.30, Liljendal idrottshus
11.2, kursavgift 10 €
Elina Mieskolainen

En svettig multidanseftermiddag med FolkJam och Bailatino, som efterrätt lite yoga. Barfota, tossor, dansskor... Inga tidigare kunskaper av dans är nödvändigt.

MOTION

Asana & Anatomi - Yin 830222M NY!

fr 16.30–19.45, Mi, språkklassen
12.1, kursavgift 10 €
Päivi Ahvonen

Kursen inleds med en anatomi- och teknikdel, sen har vi ett yin-yogapass. Yin Yogan är en lugn ingående och meditativ yogaform där man i första hand påverkar bindväv, leder och ligament. Yogan utförs med avslappnande muskler och positionerna hålls under lång tid med en lugn medveten andning. Välkommen med alla med mer eller mindre yogaerfarenhet. Ta med även varma kläder och din egen yogamatta!

Asana & Anatomi - Yang 830223M NY!

lö 13–16.15, Mi, språkklassen
3.2, kursavgift 10 €
Päivi Ahvonen

Kursen inleds med en anatomi- och teknikdel, sen har vi ett flow-yogapass. FlowYoga är en dynamisk och fysisk yogaform där fokus ligger på rörelsesekvenser som utförs i takt med andningen. Vi använder musik. Kursen lämpar sig bäst om man inte har skador som hindrar rörelsen. Välkommen med alla med mer eller mindre yogaerfarenhet. Ta med även varma kläder och din egen yogamatta!

Psst...

Kolla också vår förnyade hemsida mi.loviiisa.fi och Facebook sidan fb.com/LovisaMi.

Kvinnor i konditionssalen 830033M NY!

on 15.45–17.00, Skyttepaviljongen
10.1–11.4, kursavgift 24 €
Pia Hansson

För dig kvinna som vill få hjälp med säker användning av redskapen i en konditionssal. Muskelträning är ett bra sätt att börja även för dig som inte motionerat på länge. Vi använder redskap samt den egna kroppen som motstånd. Personal trainer Pia Hansson leder kursen.

Paddling, nybörjarkurs 830903M

fre 18.00–21.15, lö–sö 9.00–14.00,
Simstranden Plagen
18.5–20.5, kursavgift 18 €
Jan Sinisalo, Juha-Pekka Palasmaa

Paddling för nybörjare. Vi samlas på Plagens simstrand för inläring och övning på fredag och lö–sö ger vi oss ut på viken. Ev. kanothyra 40 € tillkommer till priset. Tilläggsuppgifter ger Jan Sinisalo 0400 848 385.

HUSLIG EKONOMI OCH TRÄDGÅRD

Idéer för trädgården 710101M

Vav mån. 18.00–20.30, Mi, datasalen
5–19.3, kursavgift 10 €
Malena Jordas

Idéer för trädgården med mångsidigt bildmaterial. Planering och skissning av trädgårdens rum under handledning.

Trädgårdens planteringar i teori och praktik 710102M

Vav mån. 18.00–20.30, Mi, datasalen
9.4–7.5, kursavgift 10 €
Malena Jordas

Planering och anläggning av varierande planteringsytor. Kursdeltagarna får aktivt planera och anlägga ett trädgårdsprojekt.

Rysk mat 810207M

fr 18.00–21.15, Sarvsalö, Byagården
23.2, kursavgift 18 €
Sirpa Kytölä

Intressanta för- och huvudrätter.

Fiskfiléring 810210M

lö 10.00–13.15, Harjurinteen koulu,
undervisningsköket
3.3, kursavgift 10 €
Micke Lindholm

Du får lära dig hur man rensar och filéar fisk samt tips på tillredning. Ta med skärbräde, kniv och förkläde, samt kärl att transportera hem fisken i. Ingrediensavgift tillkommer!

Sallader 810208M

to 18.00–21.15, Hindersby, Hemborg
12.4, kursavgift 10 €
Kytölä Sirpa

Olika sorters sallader med nya idéer. OBS! Ingrediensavgift tillkommer!

Vilt med grönsaker 810204M

lö 14.00–17.15, Sarvsalö, Byagården
26.5, kursavgift 10 €
Sirpa Kytölä

Vi grillar vilt kött och provar på några nya grönsaksrecept därtill. OBS! Ingrediensavgift tillkommer!

Psst...

Kolla också vår förnyade hemsida mi.loviisa.fi och Facebook sidan fb.com/LovisaMi. Här hittar du såväl det som är aktuellt som annat skoj som händer i instituten. Strax efter terminsstart sätts även

kursutvärderingslänken på hemsidan. Tack för att du deltar, genom din feedback och dina önskemål kan vi sen starta planeringen av följande läsår.