

JÄMSÄN KAUPUNGIN

Elämänlaatupalvelut 2025-2026

TYÖVÄENOPISTO

OPISTOT
JÄMSÄ

MUSIIKKIOPISTO



LIIKUNTAPALVELUT



KIRJASTOPALVELUT



NUORISOPALVELUT



KULTTUURIPALVELUT

OPINTO-OPPAAN SISÄLTÖ

Asiakaspalvelu ja henkilöstö.....	5
Opiston toiminta-alue	5
Toimikausi.....	5
Tapahtumia.....	5
Ilmoittautumisohjeet.....	6
Opintosetelit.....	7-8
Epassi	8
Edenred	8
Henkilötietojen käsittely / tietosuoja	8-9
Opetuskerran peruutus	9
Vakuutukset.....	10
Tiedotus	10



KURSSIT

Yleisluennot	11-13
---------------------------	-------

Taiteen perusopetus

Kuvataide	13-14
Käsityökoulu	13-14
 Kuvataiteet ja muotoilu	14-17
Musiikki.....	17-23

Kielet

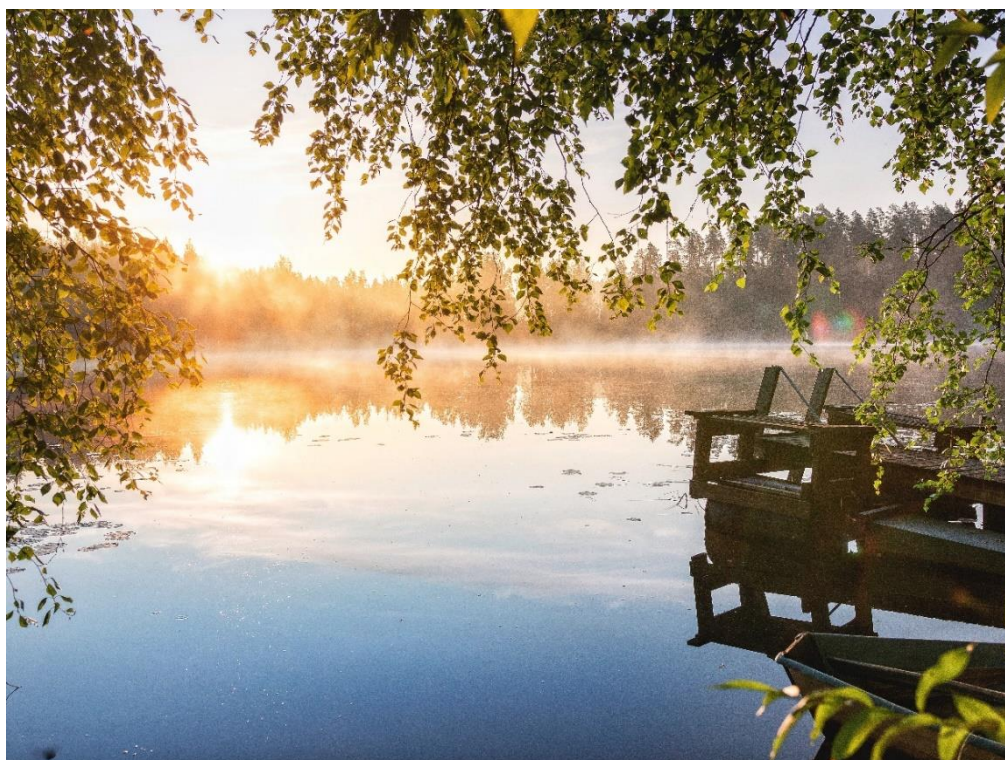
Kieliopintojen aloittaminen	23
suomi	23-24
englanti	24-25
espanja	25-26
 Kädentaidot	27-36
Tietotekniikka	37
Liikunta ja tanssi, terveys	38-47

Esittävä taide, ilmaisutaito ja kirjallisuus	47-48
Historia	48
Luonnontieteet.....	49
Kotitalous.....	49

ELÄMÄNLAATUPALVELUT

Kirjasto	50
Vapaa-aikapalvelut	51
Liikuntapalvelut	51-53
Kulttuuripalvelut	54
Nuorisopalvelut	55-56
Musiikkiopisto	57-58

Kuvat: Anne Kalliola, Sanna Kinnunen, Sirpa Krohns, Timo Marjala, Johanna Suominen, Leena Ylä-Mella & Jämsän kaupungin kuva-arkisto



JÄMSÄN TYÖVÄENOPISTO – monipuolista sivistystyötä vuodesta 1946

Internet jamsa.fi/kasvatus-ja-koulutus/tyovaenopisto
Opinto-opas opistopalvelut.fi/jamsa
Facebook <https://www.facebook.com/jamsantyyovaenopisto>

Asiakaspalvelu ja henkilöstö

Toimisto

Kelhänkatu 8, Jokivarren kampus C-rakennus, 2. kerros, 42100 Jämsä

Avoinna: ma-to 9.00-15.00, pe 9.00-13.00 (opetuskauden aikana)

Sähköpostit: topisto@jamsa.fi tai etunimi.sukunimi@jamsa.fi

Sini Käkönen, rehtori, puh. 040 751 4731

Riitta Jaatila, opistos sihteeri, puh. 040 712 2640

Sirpa Krohns, toimistoapulainen (31.12.2025 saakka), puh. 044 901 9784

Opiston toiminta-alue

Jämsän työväenopisto on Jämsän kaupungin omistama vapaan sivistystyön oppilaitos, joka toimii useissa kymmenissä paikoissa ympäri laajaa Jämsän kaupunkia. Opintopiirit kokoontuvat Jämsän keskustan lisäksi Jämsänkoskella, Koskenpäällä, Kuoreveden ja Hallin taajamassa ja kylillä, sekä Länkipohjassa. Opiskelupaikkoja ovat mm. koulujen luokka- ja liikuntatilat, kylätalot ja yksityisten yritysten tilat. Opintopiireihimme toivotetaan tervetulleiksi myös muiden kuntien asukkaat.

Toimikausi

- **Syyslukukausi ma-su 8.9.-30.11.2025**
 - syysloma vko 42
- **Kevätlukukausi ke-ti 7.1.-14.4.2026**
 - hiihtoloma vko 9
 -

Syys- ja hiihtolomilla ei ole työväenopiston opetusta.

Tapahtumia

- Riimitiimin lausuntaillat ja musiikkikonsertit pidetään kevätkaudella 2026. Tarkemmat tiedot ilmoitetaan myöhemmin Vekkarin opistopalstalla ja Facebookissa.
- **Työväenopiston kevätnäyttely** pidetään 16.-29.4.2026 Galleria Kivipankilla. Näyttelyssä on esillä myös lasten taiteen perusopetuksen töitä.



Ilmoittautumisohjeet

Työväenopiston kurssit aloitetaan ainoastaan silloin, jos niihin on riittävästi ilmoittautuneita viimeistään viikkoa ennen kurssin alkua. Opiskelijoiden vähimmäismäärä on Jämsän keskustan alueella yhdeksän (9), muissa toimipisteissä kahdeksan (8).

Opiskelupaikat varataan Internet-osoitteessa www.opistopalvelut.fi/jamsa

Sieltä löytyvät kurssitiedot sekä sähköisesti täytettävä ilmoittautumislomake.

Toimi seuraavasti:

1. Täytä sähköinen lomake siinä annettujen ohjeiden mukaan, vähintään kaikki pakolliset eli tähdellä merkityt kohdat. Huomaa, että **henkilötunnus on ilmoitettava kokonaisuudessaan**. Lasku lähetetään sinulle kotiosoitteesiin.
2. Mahdollinen **peruutus** on tehtävä toimistoon viimeistään viikkoa ennen kurssin alkua, jolloin voi myös itse peruuttaa varauksensa Internetissä ilmoittautumisnumeroaan ja henkilötunnustaan käyttämällä. Tämän jälkeen esimerkiksi sairastapausten vuoksi tapahtuvat **peruutukset on ilmoitettava toimistoon, ei opettajalle. Peruuttamatta jäänyt kurssi laskutetaan.**
3. **Ilmoittautuessasi sitoudut maksamaan kurssimaksun. Opiskelijat otetaan kurssille ilmoittautumisjärjestyksessä.** Netti-ilmoittautumisessa näkyy ajantasainen tieto siitä, kuinka monta paikkaa on vapaana.
4. Ohjelma tarjoaa varasijalle ilmoittautumista aina, kun kurssi on täynnä. Mikäli jätät ilman varsinaista paikkaa, kannattaa ilmoittautua varasijalle. Tilanne elää useimmiten syksyllä, ja paikkoja saattaa hyvinkin vapautua.
5. **Emme lähetä erillistä tietoa kurssin alkamisesta.** Otamme yhteyttä vain, jos olet varasijalla ja paikkoja vapautuu, kurssille tulee aika- tai paikkamuutoksia tai kurssi peruuntuu kokonaan.

Ilmoittautumispalvelu avautuu koko lukuvuoden aikana alkavien kurssien osalta torstaina 21.8.2025 kello 15.00. Jos tietokonetta ei ole käytettävissä, tiedusteluja avoimista paikoista voi tehdä opiston toimistoon tai rehtorille (040 712 2640 opistos sihteeri, 040 751 4731 rehtori). Opinto-ohjelmaan on mahdollista tutustua edellä mainitussa internet-osoitteessa jo ennen ilmoittautumisen alkua ja mikäli paikkoja on jäljellä, ilmoittautumisen voi tehdä myöhemminkin.

Opiston toimisto osoitteessa Kelhänkatu 8, C-rakennus, 2. kerros, on avoinna ensimmäisenä ilmoittautumispäivänä to 21.8. klo 15–18 henkilökohtaisia käyntejä tai puhelinsoittoja varten.



Opintosetelit (Opetus- ja kulttuuriministeriön rahoitus)

Opisto myöntää opintoseteleitä (á 30 €, yksi (1)/opiskelija) työttömille, eläkkeellä oleville ja henkilöille, joilla ei ole perusopetuksen jälkeistä koulutusta. Kurssit on erikseen mainittu oppaassa opintosetelikursseina.

Toimi näin:

- **Ilmoittaudu kurssille ja varmista opiskelupaikkasi.**
- **Jos olet oikeutettu opintoseteliin näillä kursseilla, niin saat opintosetelialennuksen kurssimaksuun automaattisesti. Seteleitä on rajoitettu määrä ja ne jaetaan ilmoittautumisjärjestyksessä.**

Opintosetelikurssit lukuvuonna 2025-2026

1. Laulun starttiluokka
2. Riimitiimi lausuntapiiri
3. Kuvataidetta päivätuokiona
4. Suomen kielen alkeet, hidas/Suomen kielen arkisanasto
5. Suomen kielen alkeet
6. Suomen kielen ja kulttuurin jatko
7. Everyday English 1
8. Espanjan alkeet
9. Digilaitteiden käytön yksilöopetus (aamu), syksy, Jämsä
10. Digilaitteiden käytön yksilöopetus (ilta), syksy, Jämsä
11. Digilaitteiden käytön yksilöopetus (aamu), kevät, Jämsä
12. Digilaitteiden käytön yksilöopetus (ilta), kevät, Jämsä
13. Kaipolan kudonta ja käsityöt
14. Kätevät kankurit
15. Pitsinnypläyksen lyhytkurssi
16. Lammasvällykurssi
17. Kransseja eri tekniikoilla
18. Joulukoristeita ja valotorneja, Suinula
19. Keramiikka A
20. Lasinsulatusta, tiffany ja mosaiikkia viikonloppuisin, kevät
21. Korukivityöpaja
22. Pienesineitä puusta

- 23. Huonekalujen entistäminen, Kaipola
- 24. Kuntojumppa A
- 25. Kuntojumppa B
- 26. Kuntojumppa C
- 27. Kuntosaliryhmä
- 28. Eläkeläisten kuntojumppa A, Korven koulu
- 29. Tasapainoryhmä A
- 30. Tasapainoryhmä B
- 31. Senioritanssi, Jämsä
- 32. SJL-jooga, avoin



Maksaminen Epassilla

Epassilla voi maksaa netissä ilmoittautumisen yhteydessä.

Epassilla voi maksaa vain liikunta- ja kulttuurikursseja eli etuus ei koske kielikursseja, avoimen yliopiston kursseja, ruokakursseja eikä taiteen perusopetuksen kursseja. Epassin hyvinvointietuutta ei voi käyttää työväenopiston kurssimaksujen maksamiseen.

Maksaminen Edenred-kortilla

Liikunta- ja kulttuuriedulla (Edenred) voi maksaa liikunnan ja tanssin kursseja sekä muita kurssivalikoimamme kursseja, paitsi ei kielikursseja ja avoimen yliopiston opintoja eikä verkko- tai viini- ja ruokakursseja. Etuudella ei voi myöskään maksaa taideaineiden kurssien perusopetuksen maksuja eikä messumatkoja. (Verohallinto 946/2008).

Työnantajan myöntämät edut (esim. Sporttipassi, Edenred) ovat henkilökohtaisia eikä niillä voi maksaa esim. perheenjäsenten kursseja.

Maksaminen tapahtuu laskun saavuttua kaupungin neuvonnassa pääkirjastossa Raitilla omalla Edenred-kortilla.

Jos Edenred-kortissasi on ns. hyvinvointietuus, sitä ei voi käyttää työväenopiston kurssimaksujen maksamiseen.

EU:n tietosuoja-asetus GDPR ja henkilötietojen käsittely Jämsän työväenopistossa

EU:n tietosuoja-asetus tuli voimaan 25.5.2018.

Jämsän työväenopistossa henkilötietoja käsitellään huolellisesti noudattaen lainsäädäntöä ja hyvää tiedonkäsittelytapaa. Tietoja käsitellään vain ennalta määritellyyn tarkoitukseen. Henkilötietoja sisältävien järjestelmien käyttöä ja oikeuksia seurataan. Henkilöstöä sitoo

vaitioloovelvollisuus ja tietoja saa käsitellä vain työntekijä, jolla on työtehtävänsä puolesta oikeus käsitellä kyseistä tietoa.

Käsiteltävät tiedot: Opiskelijan etunimi, sukunimi, henkilötunnus, puhelinnumero, sähköpostiosoite, kotiosoite, postiosoite, koulutustausta (tilasto), pääasiallinen toiminta (tilasto), kieli, kotikunta, huoltajatiedot (nimi, puhelinnumero, kotiosoite, postiosoite, sähköpostiosoite)

Miksi tietoja käsitellään?

'Henkilötietojen käsittelyn peruste on EU:n tietosuoja-asetuksen artikla kuuden (6) mukainen rekisterinpitäjän lakisääteisen velvoitteen noudattaminen ja yleistä etua koskevan tehtävän suorittaminen, sekä rekisterinpitäjälle kuuluvan julkisen vallan käyttäminen.'

Mihin tietoja siirretään?

Laskutus- ja maksuliikenne

Henkilötietoja käytetään kurssimaksulaskutukseen ja ne siirtyvät Jämsän kaupungin laskutusjärjestelmään ja myyntireskontraan. Tarvittaessa henkilötietojen siirtämisestä informoidaan perintätoimisto Intrum Oy:lle. Tietosuojaseloste Laskutus/myyntireskontrasta on Jämsän kaupungin nettisivuilla.

Tietojärjestelmien turvatoimet

Järjestelmät ovat suojattu henkilökohtaisilla käyttäjätunnuksilla ja niiden salasanoilla. Tietokanta on suojattu palvelimen käyttäjä- ja salasananunnuksin. Oikeudet jaetaan vain nimetyille henkilöille.

Jämsän työväenopiston tietosuojaseloste on nähtävillä osoitteessa

<http://www.jamsa.fi/info-ja-asiointi/asiointipalvelut/tietosuojaselosteet>



Opetuskerran peruutus

Viikoittainen opintoryhmä voi peruuntua kerran lukukauden aikana, esim. opettajan sairastumisen vuoksi eikä sitä korvata opiskelijoille. Jos poissaolokertoja on enemmän, hankitaan sijainen tai pidetään myöhemmin, varsinaisen lukukauden jo päätyttyä yksi tai useampi opetuskerta. Oppitunnin peruuntumisesta ilmoitetaan opiskelijoille tekstiviestillä tai puhelimitse. On tärkeää, että opiskelijan yhteystiedot ovat ajan tasalla opiston toimistossa.

Opiskelun keskeyttäminen

Ilmoita toimistoon ja opettajalle, jos joudut lopettamaan opiskelusi. Opisto ei palauta suoritettuja kurssimaksuja opintonsa keskeyttäville.

Jos kurssi joudutaan perumaan viranomais määräysten vuoksi (esim. koronapandemia), niin kurssimaksujen mahdollisesta palautuksesta päättää sivistyslautakunta.

Vakuutukset

Jämsän kaupungin ottama vapaaehtoinen tapaturmavakuutus kattaa kaupungin järjestämät tilaisuudet, joissa tapahtuneista mahdollisista henkilövahingoista vakuutusyhtiö maksaa ensiavun luonteisen korvauksen Jämsän kaupungin kanssa tekemänsä sopimuksen nojalla.

Tiedotus

Erityistä tiedotusta vaativista ajankohtaisista asioista kerromme keskiviikkoisin kaupunkilehti Vekkarin opistopalstalla. Mahdolliset muutokset ja päivitykset ovat nähtävillä myös internetissä osoitteessa <https://www.opistopalvelut.fi/jamsa/index.asp> sekä Facebookissa <https://www.facebook.com/jamsantyovaenopisto>.

Tervetuloa kursseillemme!



YLEISLUENNOT

Yleisluennoille on vapaa pääsy. Ilmoittautuminen luennoille alkaa torstaina 21.8. klo 15 osoitteessa opistopalvelut.fi/jamsa. Luentopaikan muutokset ovat mahdollisia. Muutoksista ilmoitamme Vekkarin opistopalstalla ja Facebookissa.

110411 Mitä kuuluu kansallispuku?

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, auditorio, Paununkatu 1

Ti 9.9.2025 klo 18.00–19.30, Milla Sinivuori-Hakanen

Kansallispuku viettää tänä vuonna 140-vuotisjuhlaansa. Tänäkin päivänä suosittu kansallispuku on monikäyttöinen juhlaavaate ja puvun osia voi hyödyntää myös muussa pukeutumisessa. Tilaisuudessa keskustellaan kansallispukujen käytöstä ja pukeutumisesta sekä valmistuksesta ja korjausmahdollisuuksista. Saat tietoa pukujen ja valmistustarvikkeiden ostopaikoista. Voit halutessasi tuoda oman pukusi nähtäville.

320210 Minne menet Amerikka?

Jämsän pääkirjaston monitoimitila, Keskuskatu 2-4

Ma 26.1.2026 klo 17.30–19.00, Jani Kokko

Luennolla kansanedustaja Jani Kokko johdattaa Yhdysvaltain nykytilaan. Miltä maa näyttää kun Donald Trump on ollut vallassa reilun puoli vuotta? Miltä tulevaisuus näyttää? Kokko on ensimmäisen kauden kansanedustaja. Hän on toiminut Jyväskylän yliopiston historian ja etnologian laitoksen väitöskirjatutkijana. Kokon pro gradu Kansakunnan ääni hyväksyttiin vuonna 2012. Se käsitteli Yhdysvaltain presidenttien virkaanastujaispuheita poliittisen puheen genrenä George Washingtonista Barack Obamaan. Useat tiedotusvälineet ovat käyttäneet Kokkoa Yhdysvaltojen politiikan asiantuntijana. Eduskunnassa Kokko on jäsenenä suuressa valiokunnassa sekä puolustusvaliokunnassa. Luentopäivä siirtyi syyskuulta 2025 tammikuulle 2026.

320215 Vieraanamme Maxim Fedorov

Jämsän lukion liikuntasali, Kelhänkatu 8

Ti 7.10.2025 klo 17.30–19.00

Maxim Fedorov kertoo tilaisuudessa kirjoistaan, itsestään ja työstään Ukrainassa. Hän vierailee ensimmäistä kertaa Jämsässä. Yli kolmen vuoden ajan Ylen toimittaja Maxim Fedorov on seurannut Venäjän hyökkäyssotaa Ukrainassa lähietäisyydeltä. Hän on kirjoittanut kokemuksiansa pohjalta kaksi kirjaa: Minun Ukrainani ja Sodan näyttämöt. Toinen, viime syksynä ilmestynyt kirja käsittelee niitä kaupunkia, alueita ja paikannimiä, joita suomalaiset ovat tottuneet näkemään sotauutisoinnissa, mutta joiden historia ja merkitys ovat jääneet vähemmälle huomiolle. Tänä vuonna Fedorovilta ilmestyy kolmas kirja, joka kertoo Suomen ja Ukrainan kahdenvälisistä suhteista neuvostoaikaan. Ukrainalaisen äidin poikana Fedorov on etsinyt Ukrainasta myös omia juuriaan, josta hän kertoo kirjoissaan. Tilaisuudessa on myynnissä Fedorovin kirjoja. Maksutapoina ovat käteinen, MobilePay ja tilisiirto.



830180 Jämsän kaupungin vuoden 2024 urheilijapalkinnon saaneen endurokuski Eemil Pohjolan luento

Jämsän pääkirjaston monitoimitila, Keskuskatu 2-4

Ke 22.10.2025 klo 17.30–19.00

Luentopäivä saattaa vaihtua.

320220 Kuinka tiedustelu toimii?

Jämsän pääkirjaston monitoimitila, Keskuskatu 2-4

Ke 5.11.2025 klo 17.30–19.00, Mikko Porvali

Tiedustelu hankkii tiedon päätöksenteon tueksi. Tiedusteluhistorian tutkija kuvaa, kuinka demokratioissa huolehditaan siitä, että kansallisia päätöksiä tekevillä johtajilla on käytössään paras mahdollinen tieto: kuinka tiedontarve etenee tiedon hankkimiseksi, ja miten tästä jalostuu tiedustelutietoa? Tietokirjailija Mikko Porvali (OMT) opettaa Jyväskylän yliopistolla tiedusteluoikeutta ja tiedusteluhistoriaa.

999910 Koirien käyttäytyminen ja oppiminen - ymmärryksestä toimivaan arkeen

Jokilaakson sairaala, Sairaalandie 11

Ti 25.11.2025 klo 17.30–19.00, Emmi Hakio

Koirien käyttäytymisen asiantuntija Emmi Hakio luennoi koirien käyttäytymisestä ja kouluttamisesta. Käytännönläheisessä luennossa pureudutaan siihen, mistä koiran käytös johtuu ja tärkeintä – miten saat opetettua koirallesi ne arjen kannalta tärkeimmät taidot. Tämä luento antaa sinulle työkaluja ymmärtää koirasi käytöstä, miten opit kouluttamaan koiraasi nykyaikaisesti ja tehokkaasti, sekä miten ratkaista ja ennaltaehkäistä ongelmia arjessa. Luennon aikana kuulet mm. Mitä käytösongelmat oikeasti ovat – ja mistä ne kertovat? Miten koira oppii ja miten oppiminen katkeaa väärissä olosuhteissa? Toimivat keinot: Miten ohjata, tukea ja rakentaa parempaa käytöstä? Mitkä asiat vaikuttavat koiran käyttökseen – ja miten huomioida ne. Tämä luento sopii koiranomistajille, jotka haluavat ymmärtää koiraansa paremmin tai koiran hankintaa suunnitteleville, jotka haluavat sukeltaa syvemmälle koirien maailmaan. Mikäli koiran käytös ajoittain ärsyttää tai turhauttaa, ja haluat löytää kestäviä, ymmärrykseen perustuvia ratkaisuja, tämä luento on sinua varten.

830230 Käden taidot ja musiikki- miksi nämä ovat aivoille erityisen tärkeitä

Jokilaakson sairaala, auditorio, Sairaalandie 11

Ti 2.12.2025 klo 17.00–19.00, Minna Huotilainen

Aivotutkimus näyttää, mitä aivoissamme tapahtuu, kun käytämme aktiivisesti käsiämme ja korviamme – teemme käsitöitä, kirjoitamme käsin, leivomme, laulamme tai kuuntelemme musiikkia. Tällainen tekeminen aktivoi aivoja laajasti ja vaikuttaa moniin muihinkin taitoihin. Esimerkiksi tarkkaavaisuuden taidot, kolmiulotteinen hahmottaminen ja ongelmanratkaisu hyötyvät käsin tekemisestä ja musisoinnista. Luennolla kuulet myös, miten tätä tietoa voi hyödyntää oman aivoterveiden, oppimisen ja hyvinvoinnin

kehittämiseksi. Luennoitsijana kognitiotieteen dosentti Minna Huotilainen, Helsingin yliopisto.



830231 Kasvikset osaksi arkea - helppoja vinkkejä kasvispainotteisen ruokavalion koostamiseen

Jämsän pääkirjaston monitoimitila, Keskuskatu 2-4
Ti 13.1.2026 klo 17.30–19.00, Sonja Haromo

Luennolla annetaan käytännönläheisiä vinkkejä miten valmistaa maistuvaa ravitsemussuositusten mukaista kasvispainotteista ruokaa. Luennoitsijana dieetikokki Sonja Haromo.

130220 Paula Norosen vierailu

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Vitikkala-sali, Joonaantie 1
Ke 11.3.2026 klo 17.30–19.00

Radiojuontaja, televisioesiintyjä, käsikirjoittaja ja kirjailija Paula Noronen vierailee Jämsässä.

130130 Jämsän tuntematon ritari ja tunnetut Mannerheim-ristin ritarit

Jämsän pääkirjaston monitoimitila, Keskuskatu 2-4
To 19.3.2026 17.30–19.00, Hannu Teider

Jämsän sankarihautausmaahan on siunattu Mannerheim-ristin ritari nro 24 Tauno Savolainen. Valkjärvellä syntynyt ja varttunut Savolainen tuli ensi kerran Jämsään arkussa. Hänen evakkoleskensä kahden pienen lapsen kanssa muutti pian hautajaisten jälkeen Helsinkiin.

830232 Palautumista, jaksamista ja hyvinvointia luonnosta

Jämsän pääkirjaston monitoimitila, Keskuskatu 2-4
Ti 14.4.2026 klo 17.30–19.00, Karoliina Luukko

Luennolla käsitellään palautumisen, jaksamisen ja työhyvinvoinnin teemoja erityisenä näkökulmana luonnon hyvinvointivaikutukset ja palautuminen luontoympäristössä. Luento sisältää myös sisällä toteutettavan Metsämieliharjoituksen. Luennoitsijana Karoliina Luukko, terveystieteiden maisteri, ratkaisukeskeinen valmentaja LCAF Coach, sertifioitu Metsämielivetäjä.



TAITEEN PERUSOPETUS

Tarjoamme taiteen perusopetusta kuvataiteen ja kädentaitojen opinnoissa. Opetussuunnitelmiin voi tutustua <https://www.jamsa.fi/kasvatus-ja-koulutus/tyovaenopisto/opintoaineet/>

KUVATAITEET

110301 Maalauksen ja muotoilun työpaja

Kätevä, Lukkoilantie 4

Ma 17.00–19.15

25.8.–8.12.2025, 12.1.–4.5.2026

Sirpa Suominen, Tarja Jakunaho, 90 t, Kurssimaksu 161,00 €

Kuvataiteen opinnoissa perehdytään monipuolisesti kuvallisen ilmaisun muotoihin, tutustutaan eri tekniikoihin ja materiaaleihin. Samalla vahvistetaan omaa persoonallista ilmaisutaitoa ja luovaa ajattelua. Kurssimaksu 161 €/lv sisältää materiaalimaksun (laskutus 2. erässä). Ryhmään otetaan mukaan myös aloittavia opiskelijoita.

KÄDEN TAIDOT

110401 Käsityökoulu/Nokkoset

Kätevä, Lukkoilantie 4

Ke 15.15–17.30

27.8.–3.12.2025, 7.1.–15.4.2026

Päivi Huttunen, Pirjo Heinonen, Toni Saha, 84 t, Kurssimaksu 171,00 €

Taiteen perusopetuksen lasten käsityökoulun kolmas lukuvuosi. Kurssimaksu sisältää materiaalit. Jatkavat opiskelijat ilmoittautuvat suoraan opettajalle.

110402 Käsityökoulu/Juutit

Kätevä, Lukkoilantie 4

Ti 15.15–17.30

26.8.–2.12.2025, 13.1.–21.4.2026

Pirjo Heinonen, 84 t, Kurssimaksu 171,00 €

Taiteen perusopetuksen lasten käsityökoulun kuudes lukuvuosi. Kurssimaksu sisältää materiaalit. Jatkavat opiskelijat ilmoittautuvat suoraan opettajalle.



KUVATAITEET JA MUOTOILU

110320 Kuvataidetta päivätuokiona

Kätevä, Lukkoilantie 4

Opintosetelikurssi 30 e

Pe 13.00–15.15

12.9.–28.11.2025, 9.1.–10.4.2026

Päivi Riihinen, 69 t, Kurssimaksu 102,00 €

Oman näkemyksen ja ilmaisemisen vahvistaminen eri tekniikoita käyttäen. Korostetaan luovuutta ja asennetta taiteen tekemiseen - eri teemoja lähestymällä ja löytämällä oma lahjakkuus.



110321 Vesivärimaalausta ja sekatekniikkaa etänä

Ma 16.30–18.45

8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026

Svetlana Ruoho, 69 t, Kurssimaksu 102,00 €

Maalauskurssilla tavoitellaan onnistumisen ja hyvän mielen tunnelmaa. Kurssilla maalataan erilaisilla vesiväreillä, kuten akvarelli-, guassi- ja akryylitekniikalla. Liitujen ja kynien käyttö on myös sallittu. Tavoitteena varma ja rohkea vesivärien käyttö. Opetusteemoina muun muassa merimaisema, taivas ja pilvet, lumen hehku, perspektiivi maisemassa. Opettaja näyttää mallia maalaamalla ruudun toisella puolella selostaen askel askeleelta työprosessin etenemisen alusta asti. Saat aina rakentavaa palautetta omasta työstäsi. Innostavaa ja kannustavaa opetusta. Tervetuloa aloittelijat ja kokeneet harrastajat. Kurssin opettaja Svetlana Ruoho, Taidemaalariiliiton sekä Jyväskylän ja Espoon taitelijaseurojen jäsen.
<https://www.taideruoho.fi>

110322 Hahmot, linnut ja eläimet - sekatekniikan piirustuskurssi

Ma 19.00–20.15

8.9.–24.11.2025, 9.1.–10.4.2026

Svetlana Ruoho, 69 t, Kurssimaksu 102,00 €

Tervetuloa mukaan aloittelijat ja kokeneet harrastelijat! Kurssin teemoina ovat muun muassa hahmot, linnut ja eläimet. Opetuksessa käytetään erilaisia piirustusvälineitä, kuten liitua ja kyniä ja tavoitteena on

rohkea ja varma välineiden käyttö. Kurssilla käydään läpi mittasuhteita, hahmottelua ja piirustustekniikoita. Opettaja maalaa hitaasti ruudulla samalla selostaen työprosessia alusta alkaen. Saat rakentavaa palautetta työstäsi, joka auttaa kehittämään taitojasi. Kurssilla opit piirustuksen perusteet: piirtämään lyijykynällä, tussilla musteella ja liidulla. Opit miten mittasuhteet hahmotellaan ja mitkä sekatekniikan menetelmät sopivat mihinkin työhön. Kurssi sopii aikuisille ja koululaisille. Piirtäminen on helppoa ja hauskaa -liity mukaan innostavaan ja kannustavaan opetukseen! Kurssin opettaja Svetlana Ruoho, Taidemaalariiton sekä Jyväskylän ja Espoon taitelijaseurojen jäsen. <https://www.taideruoho.fi>

110324 Mustemaalaukurssi

Kätevä, Lukkoilantie 4

Ti 17.45–19.45

21.10.–25.11.2025

Sirpa Suominen, 13,98 t, Kurssimaksu 53,00 €

Mustemaalaukseen on monipuolinen tekniikka, joka sopii niin tarkkaan piirtämiseen kuin rentoon sivellintyöskentelyyn. Kurssilla käytetään nestemäisiä musteita, kuten indian ink ja sumi ink. Kurssin aikana käydään läpi mustemaalauksessa käytettäviä materiaaleja sekä eri tekniikoita. Kurssi sopii aloittelijoille sekä pidempään maalanneille. Kurssin opettaja on kuvataiteilija Sirpa Suominen. Lisätietoja kurssin materiaaleista ja välineistä voi kysyä sähköpostitse: sirpa.ss.suominen@gmail.com

110325 Kierrätystaide

Kätevä, Lukkoilantie 4

Ke 18.00–20.00

10.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026

Tarja Jakunaho, 61,41 t, Kurssimaksu 95,00 €

Jokaisesta kodista löytyy materiaaleja, joita voi jalostaa taideteoksiksi. Kurssilla perehdytään kierrätystaiteeseen ja -materiaaleihin. Opetellaan uusia tekniikoita ja tehdään teos kutakin tekniikkaa hyödyntoen. Grafiikkaa pastakoneella, tauluja kollaasitekniikalla, turhan tavaran uudelleen käyttöä, kirjontaa ja pahviveistoksia. Opit katsomaan roskia uudella silmällä ja näkemään roskissa kauneutta.

110330 Posliininmaalaus, Jämsä

Auvilan paja, Auvilantie 119

Ke 18.00–20.15

10.9.–29.10.2025, 8.1.–4.3.2026

Tiina Pulkkinen, 42 t, Kurssimaksu 81,00 €

Tänä syksynä sukellamme satujen maailmaan. Katsomme missä päin Kaislikkoa suhisee ja tulemme prinsessojen hurmaavan maailman kautta Ryhmä Haun pelastajien joukkoon. Nyt kaikki mummit ja kummit maalaamaan tarjolla on paljon erilaisia ja eri tasoisia malleja. Syksyllä sovitaan taas perinteiset tutustumis-/hankintaretket ja joulutyöt. Kevät suunnitellaan ennen joululomalle lähtöä- toiveita otetaan vastaan!

110331 Posliininmaalaus, Halli

Kuoreveden koulu, Opintie 2

Ti 17.00–19.15

9.9.–28.10.2025, 13.1.–3.3.2026

Tiina Pulkkinen, 42 t, Kurssimaksu 81,00 €

Tänä syksynä sukellamme satujen maailmaan. Katsomme missä päin Kaislikkoa suhisee ja tulemme prinsessojen hurmaavan maailman kautta Ryhmä Haun pelastajien joukkoon. Nyt kaikki mummot ja kummit maalaamaan tarjolla on paljon erilaisia ja eri tasoisia malleja. Syksyllä sovitaan taas perinteiset tutustumis-/hankintaretket ja joulutyöt. Kevät suunnitellaan ennen joululomalle lähtöä- toiveita otetaan vastaan!

110333 Nallekurssi ja posliininmaalaus, Koskenpää

Koskenpään kuntala, Petäjävedentie 4

Ma 17.00–19.15

8.9.–27.10.2025, 12.1.–2.3.2026

Tiina Pulkkinen, 42 t, Kurssimaksu 81,00 €

Tämä kurssi on yhdistelmä ompelua ja maalausta, joko yhdessä tai erikseen. Ompelemme nalleja tai muita pehmoeläimiä, joko käsin -, tai koneella ommellen. Kaikenlaisia leluja on luvassa, mutta muunkinlainen ompelu on sallittua, tule esittämään omat toiveesi, niin katsotaan mitä saadaan aikaiseksi!

Posliininmaalauksessa hyppäämme myös satujen maailmaan. Katsomme missä päin kaislikkoa suhisee ja prinsessojen hurmaavan maailman kautta tulemme Ryhmä Haun pelastajien joukkoon. Nyt kaikki mummot ja kummit maalaamaan ja ompelemaan, tarjolla on kaiken tasoisille maalareille ja ompelijoille sopivia erilaisia malleja.



MUSIIKKI

110101 Aikuisten kitararyhmä, Jämsänkoski PERUUNTUI

Korven koulu, Korventie 14

Ma 18.00–19.00

8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026

Arttu Lustig 30,59 t, Kurssimaksu 71,00 €

Kyllästyttääkö soittaa yksin kotona? Etsitkö uutta inspiraatiota soittamiseen? Haluaisitko oppia muutaman uuden biisinkin? Kurssin vaatimuksina on aikaisempi kokemus kitaransoitosta.



MUSIIKIN YKSILÖOPETUS

Instrumenttiopetus on tarkoitettu kaikenikäisille ja tasoisille harrastajille. Oppitunnin pituus on 30 min/vko. Opettajat soittavat viikolla 36 sopiakseen tarkan tuntiajan.

110105 Kitaran-, banjon- ja ukulelensoiton yksilöopetus, Jämsä

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Vitikkala, Joonaantie 1

Pe 14.00–19.30

12.9.–28.11.2025, 9.1.–10.4.2026

Ann-Marie Hakulinen, Pekka Moisio, Kurssimaksu 170,00 €

Kitaran-, banjon- ja ukulelensoiton yksilöopetusta kaikenikäisille ja -tasoisille harrastajille niin klassisen taidemusiikin kuin kevyen rytmimusiikinkin saralla. Oma soitin mukaan - opetusmateriaali työstetään soitintyyppit ja genremieltymykset huomioiden. Opettaja ottaa yhteyttä soittotunnin ajasta viikolla 36. Opettajana Ann-Marie Hakulinen ja sijaisena Pekka Moisio

110110 Pianonsoitto ja/tai vapaa säestys A

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

Ma ja Ke 13.00–18.30

8.9.–26.11.2025, 8.1.–13.4.2026

Leena Pahkala-Ahonen, Kurssimaksu 170,00 €

Opetuspäivä saattaa muuttua.

110111 Pianonsoitto ja/tai vapaa säestys B

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

Ma 13.30–19.00, Ti 13.30–19.00, Ke 13.30–19.00, Pe 13.30–17.00

8.9.–28.11.2025, 7.1.–14.4.2026

Janne Pajari, Kurssimaksu 170,00 €

110113 Pianonsoiton yksilöopetus C

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

Ma 13.00–19.00

8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026

Katriina Hirvelä, Kurssimaksu 170,00 €

Opetuspäivä saattaa muuttua.

110114 Pianonsoiton yksilöopetus D

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

Ti 14.00–19.00, Ke 15.00–17.00



9.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026

Tuukka Koirikivi, Kurssimaksu 170,00 € **PERUUNTUI**

110120 Huilunsoiton yksilöopetus, Jämsä

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

Ma 13.00–19.00, Ti 13.30–19.00, Ke 13.30–19.00, pe 13.30–17.00

8.9.–27.11.2025, 7.1.–8.4.2026

Janne Pajari, Kurssimaksu 170,00 €

110130 Harmonikansoiton yksilöopetus, Jämsä

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

Ma 13.00–19.00, Ti 13.00–19.00, Ke 13.00–19.00, Pe 13.00–19.00

8.9.–28.11.2025, 7.1.–14.4.2026

Riikka Turkki, Kurssimaksu 170,00 €

Nyt pölyt pois harmonikanpalkeista, soittimet tuulettumaan uusia harmonikantaitoja oppien tai vanhoja palauttaen!

110135 Musiikin yksilöopetus, Halli

Kuoreveden koulu, Opintie 2

To 16.00–19.30

11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026

Arttu Lustig, Kurssimaksu 170,00 €

Musiikin yksilöopetusta. Soitinvaihtoehdot: kitara, basso, piano, poplaulu, biisinikkarointi, musiikin teoria. Tuntiaikojen sopiminen ja soitinvalinnat ensimmäisellä opintokerralla.

110140 Kanteleensoiton yksilöopetus

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

To 13.00–14.00

11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026

Tiina Takkinen, Kurssimaksu 170,00 €

110146 Kanteleensoitto - alkeisryhmä

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

To 18.15–20.30

11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026

Tiina Takkinen 18,69 t, Kurssimaksu 55,00 €



Tarkempi kokoontumisaika sovitaan opettajan kanssa ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Ryhmä

kokoontuu kerran kuukaudessa torstaisin. **KURSSI PERUUNTUI**

110147 Kanteleensoitto - jatkoryhmä

Jokivarren puukoulu, Lydia, Kelhänkatu 8

To 18.15–20.30

11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026

Tiina Takkinen 18,69 t, Kurssimaksu 55,00 €

Kanteleensoiton jatkoryhmä edistyneille soittajille. Tarkempi kokoontumisaika sovitaan opettajan kanssa ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Ryhmä kokoontuu kerran kuukaudessa torstaisin.



YKSINLAULU

Yksinlaulussa on tavoitteena kehittää tervettä ja luonnollista äänenkäyttöä. Kappaleet valitaan oppilaiden mieltymyksiä kuunnellen. Opettaja soittaa viikolla 36 sopiakseen tarkan tuntiajan.

110150 Yksinlaulu A

Jokivarren puukoulu, Kelhänkatu 8

Ma 13.00–18.30

8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026

Hedda Ohls, Kurssimaksu 170,00 €

110151 Yksinlaulu B

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

To 13.00–17.30

11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026

Jenni Heilala, Kurssimaksu 170,00 €

110152 Yksinlaulu C

Jokivarren puukoulu, Kelhänkatu 8

Ti 14.30–18.00

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026

Jenni Heilala, Kurssimaksu 170,00 €

110153 Yksinlaulu D

Jämsän lukio, reaali 3-luokka, Kelhänkatu 8

Ke 16.00–18.00

10.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026

Hedda Ohls, Kurssimaksu 170,00 €



110155 Laulun starttiluokka

Jokivarren puukoulu, Kelhänkatu 8

Opintosetelikurssi 30 e

Ti 18.15–19.30

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026

Jenni Heilala 38,41 t, Kurssimaksu 74,00 €

Tervetuloa Laulun starttiluokalle, jos haluat oppia laulamista rennossa ilmapiirissä yhdessä muiden kanssa. Teemme tunneilla harjoituksia, jotka kehittävät laulutekniikkaa, opettelemme uusia lauluja, tutustumme moniäänisyyteen ja kuorossa laulamiseen. Tule rohkeasti mukaan, lauletaan yhdessä!

110156 Nice-lauluryhmä

Jämsän lukio, Kelhänkatu 8

To 17.30–19.00

11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026

Jenni Heilala 46 t, Kurssimaksu 80,00 €

NICE on ollut nimensä mukaisesti naislauluryhmä, mutta toivotamme myös miesäänet tervetulleiksi. Siis olitpa sitten sopraano, altto, tenori tai basso – tule mukaan porukkaamme! Laulamme moniäänistä kuoro- ja lauluyhtymusiikkia laidasta laitaan, harjoittelemme tavoitteellisesti ja esiinnymme säännöllisesti. Tärkeintä meille on kuitenkin laulamisen riemu ja mukava yhteishenki. Lauluryhmä kokoontuu lukion reaali 3- luokassa.

110157 Karaoke alkeet

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, musiikkiluokka, Paununkatu 1

Ti 17.00–18.30

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026

Arttu Lustig, 46 t, Kurssimaksu 80,00 €

Tervetuloa laulamaan karaokea rennolla otteella. Et tarvitse aiempaa esiintymiskokemusta.

110160 Jokilaakson naislaulajat

Jämsänkosken yhtenäiskoulu, Opintie 49

To 17.30–19.00

11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026

Hedda Ohls, 46 t, Kurssimaksu 80,00 €

Tervetuloa kaikki laulamisesta kiinnostuneet naiset! Kuoron ohjelmisto kallistuu kevyeen suuntaan ja valitsemme lauluja myös yhdessä. Tavoitteenamme on laulun ilo ja rento meininki, mutta kuoroon tullessa kannattaa valmistautua myös työntekoon ja sitoutumiseen. Kuoro kokoontuu Jämsänkosken

yhtenäiskoululla.

110170 Jämsän Soimannien harmonikat

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Vitikkala, Joonaantie 1

To 18.00–19.30

11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026

Suvi-Elina Säyrylä, 46 t, Kurssimaksu 80,00 €

Soitamme perinteistä harmonikoille sovitettua tanssimusiikkia. Ryhmä esiintyy vuosittain paikallisissa konserteissa sekä satunnaisesti muissa tilaisuuksissa. Esiintymisiin osallistuminen on vapaaehtoista. Tervetuloa soittamaan yhdessä!



MUSIIKIN STARTIT

Starttikursseilla voit tutustua erilaisiin soittimiin muutamana opetuskertana huhtikuun aikana. Kurssit on tarkoitettu kaikenikäisille. Opettaja ottaa yhteyttä sopiakseen opetuskertojen ajankohdasta viimeistään huhtikuun alkupuolella. Opetus on yksilöopetusta ja se sisältää 4 opetuskertaa 15 min/oppilas tai 2 opetuskertaa 20 min/oppilas. Mahdollinen soittimen vuokra 10 €. Kurssin jälkeen voit halutessasi hakeutua Jämsän työväenopiston tai Jämsänjokilaakson musiikkiopiston opiskelijaksi

110180 Akustisen kitaran starttikurssi

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

1.–30.4.2026 ma-to klo 15.00–19.00

Kurssimaksu 40,00 €



110181 Starttiharmonikka

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

1.–30.4.2026 ma-pe klo 13.30–19.00

Riikka Turkki, Kurssimaksu 40,00 €

110182 Pianonsoiton starttikurssi

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

1.–30.4.2026 ma-pe klo 14.00–19.00

Kurssimaksu 40,00 €

110183 Sellonsoiton starttikurssi

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

6.–28.4.2026 Ma-ti klo 16.00–20.00

Kurssimaksu 40,00 €



110184 Rumpujen ja lyömäsoittimien starttikurssi

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, musiikkiluokka, Paununkatu 1

1.-30.4.2026 Ma-Ke klo 15.00–19.00

Kurssimaksu 40,00 €

110185 Viulunsoiton starttikurssi

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

1.-30.4.2026

Kurssimaksu 40,00 €

110186 Laulun starttikurssi

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

1.-30.4.2026 ma-to klo 13.00-19.00

Kurssimaksu 40,00 €



KIELET

Kieltenopiskelu on joka iässä hyödyllinen ja mielekäs harrastus, jonka myötä elämä saa uusia ulottuvuuksia. Ryhmissä vallitsee myönteinen ja kannustava ilmapiiri, ja moni jatkaakin opiskelua vuodesta toiseen pelkästä osallistumisen ilosta. Toisaalta kielikurssi voi avata uusia mahdollisuuksia esimerkiksi työmarkkinoilla.

Kielikursseilla tavoitteena on oppia käytännön toimivaa kielitaitoa. Opisto pyrkii tarjoamaan yleisimmissä kielissä tasolta toiselle eteneviä kursseja niin, että opiskelija kurssilta seuraavalle edetessään saa kielitaidon, jolla hän selviytyy itselleen tarpeellisissa kielenkäyttötilanteissa, saa varmuutta kielen käyttäjänä ja hänen opiskelutaitonsa kehittyvät

Opisto järjestää myös tilauksesta kielikoulutusta yritysten ja kaupungin henkilöstölle, yhdistyksille ja muille yhteisöille. Kurssit suunnitellaan tilaajan toivomusten mukaisiksi.



SUOMI

120101 Suomen kielen alkeet, hidas/Suomen kielen arkisanasto

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, Paununkatu 1

Opintosetelikurssi

To 18.00–19.30

11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026

Maryna Chuykova, 46 t, Kurssimaksu 80,00 €

Suomen kielen alkeet hitaasti ja rauhalliseen tahtiin. Kurssilla painotamme arkielämän fraasien oppimista ja opiskelemme keskeistä arkisanastoa teemoittain. Kurssi sopii myös teknistä luku- ja kirjoitustaitoa harjoitteleville maahantulijoille. Kurssin tavoite on saavuttaa suomen kielen alkeistaito (A1). Kurssi sopii myös suomen kielen alkeet -kurssin rinnalle täydentäväksi ja kertaavaksi kurssiksi.

120102 Suomen kielen alkeet

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, Paununkatu 1

Opintosetelikurssi

Ke 16.30–18.00

10.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026

Tuula Peltonen, 46 t, Kurssimaksu 80,00 €

Tervetuloa opiskelemaan suomen kieltä yhdessä alkeista lähtien! Kurssikirjana on Suomen Mestari 1, jonka avulla käsitellään sanastoa eri aihealueiden kautta mm. tervehdykset, viikonpäivät, aakkoset, numerot, maat, kansallisuudet, kielet, verbit, sää, vuodenajat, kuukaudet, perhe, ulkonäkö, värit, kello, asuminen, adjektiiveja, matkailu, ruoka ja juoma, juhlat, työ, ammatit. Kieliopista persoonapronominit, verbitaivutus, kysymyssanat, sijamuodot, sanatyypit, aikamuodot ja järjestysluvut. Kurssin tavoitteena on saavuttaa lukuvuoden aikana suomen kielen peruskielitaidon taso A2.

120104 Suomen kielen ja kulttuurin jatko

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, Paununkatu 1

Opintosetelikurssi

Ma 17.00–18.30

8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026

Tarja Koponen, 46 t, Kurssimaksu 80,00 €

Suomen kielen jatkokurssilla jatkamme kielen opiskelua peruskielitaidon tasolta (A2) eteenpäin kohti toimivaa ja itsenäistä suomen kielen taitoa. Kurssin tavoite on kehittää ja syventää suomen kielen taitoa keskittyen opiskelu- ja työelämän suullisiin ja kirjallisiin viestintätilanteisiin. Opiskelemme myös eri aikamuotojen käyttöä ja kielioppia kurssilaisten toiveiden mukaisesti. Tavoite on saavuttaa suomen kielen taitotaso B1. Kurssi sopii esimerkiksi toisen asteen opintoihin hakevalle tai työelämään siirtyneelle henkilölle, joka haluaa kehittää suomen kielen kirjallista ja suullista taitoa. Oppimateriaali päätetään kurssin käynnistyttyä.



ENGLANTI

120301 Everyday English 1

Jämsän lukio, Kelhänkatu 8

Opintosetelikurssi 30 e

Ti 17.30–19.00

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026

Mervi Karjalainen, 46 t, Kurssimaksu 80,00 €

Englannin perusteita alkeet osaaville. Rauhalliseen tahtiin kerrataan aiemmin opittua, harjoitellaan englannin kielen käyttöä arkielämän tilanteissa - opitaan kertomaan perusasioita itsestä ja työstä, vapaa-ajasta ja harrastuksista, asumisesta ja kotitöistä. Lisäksi opetellaan matkailussa tarvittavaa sanastoa ja fraaseja. Oppikirja: Everyday English 1 (kappaleesta 5 eteenpäin).

120302 Everyday English 3

Jämsän lukio, Kelhänkatu 8

To 17.00–18.30

11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026

Mervi Karjalainen, 46 t, Kurssimaksu 80,00 €

Englantia rauhalliseen tahtiin. Kurssilla kertaamme aiemmin opittuja asioita, opimme uutta sanastoa ja uusia rakenteita sekä tutustumme englanninkielisten maiden kulttuuriin. Aihepiireinä mm. häät ja perhejuhlat, matkailu sekä hyvinvointi ja lääkäriissä käynti. Kurssilla harjoitellaan erityisesti puhumista. Oppikirja: Everyday English 3 (alusta).

120303 Catching up

Jämsän lukio, Kelhänkatu 8

Ke 16.00–17.30

10.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026

Mervi Karjalainen, 46 t, Kurssimaksu 80,00 €

Englannin keskustelukurssi englantia useamman vuoden opiskelleille. Aihepiireinä mm. ruoka ja terveys, media ja yhteiskunta, työelämä, ympäristö ja matkailu. Oppikirja: Catching up – English for conversation classes.

120310 Around the world - matkailuenglantia 2

Jämsän lukio, Kelhänkatu 8

Ke 17.30–19.00

10.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026

Mervi Karjalainen, 46 t, Kurssimaksu 80,00 €

Matkailuenglannin kurssi on tarkoitettu matkoista ja eri kulttuureista kiinnostuneille kielen perusteet (noin 4 vuoden opinnot) hallitseville opiskelijoille. Kurssin aikana tutustumme mielenkiintoisiin maihin. Opiskelemme Around the World-oppikirjan loppuun (kappaleet 9-10) ja sen jälkeen opettajan oma materiaali.



ESPANJA

120701 Espanjan alkeet **PERUUNTUI**

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, Paununkatu 1

Opintosetelikurssi 30 e

Pe 19.00–20.30

12.9.–28.11.2025, 9.1.–10.4.2026

Antonio Barrones, 46 t, Kurssimaksu 80,00 €

Tervetuloa opiskelemaan espanjan alkeita! Kurssilla edetään rauhalliseen tahtiin ja opitaan viestimään perustilanteissa: esittäytymään, kertomaan omasta perheestä, varaamaan hotellimajoitus, ruokailemaan espanjalaisittain yms. Ensimmäisillä opetuskerroilla opettaja jakaa monisteita ja sen jälkeen opiskellaan oppikirjalla, joka kerrotaan kurssin alussa. Mitään edeltäviä espanjan opintoja ei tarvitse olla, kurssi alkaa aivan alkeista. Opettaja syntyperäinen espanjan kielen puhuja, opetuskieli suomi.

120705 Espanja 5

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, Paununkatu 1

Pe 15.40–17.10

12.9.–29.11.2025, 9.1.–10.4.2026

Antonio Barrones, 46 t, Kurssimaksu 80,00 €

Tervetuloa opiskelemaan Espanjan 5-kurssille. Rauhallisesti etenevä kurssi jo jonkin verran espanjan alkeita osaaville ja niille, joille espanjan imperfekti ja preteriti ei ole vielä tuttu. Kurssilla opimme esimerkiksi preteritin ja imperfektin. Tämän vuoden teemoina ovat esimerkiksi sukulaiset ja ystävät, koti ja päivätoimet ja tavaratalossa asiointi. Oppikirjaa ei tarvitse vielä ostaa ja siitä tiedotetaan kurssin alkaessa. Opettaja on syntyperäinen espanjan kielen puhuja. Opetuskieli suomi.

120706 Espanja – ¡Avanzamos!

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, Paununkatu 1

Pe 17.15–18.45

12.9.–28.11.2025, 9.1.–10.4.2026

Antonio Barrones, 46 t, Kurssimaksu 80,00 €

Tervetuloa opiskelemaan Espanja – ¡Avanzamos! Rauhallisesti etenevä kurssi espanjaa pidemmälle opiskelleille ja kertaajille, joille espanjan imperfekti ja preteriti on jonkin verran tuttu. Jatkamme käytännön viestintätilanteiden harjoittelua. Teemme paljon ryhmätehtäviä, luetun- ja kuullun ymmärtämisharjoituksia ja katsomme espanjankielistä videomateriaalia. Oppikirjaa ei tarvitse vielä ostaa ja siitä tiedotetaan kurssin alkaessa. Opettaja on syntyperäinen espanjan kielen puhuja. Opetuskielet suomi ja espanja.





KÄDENTAILOT



110410 Pitsinnypläyksen lyhytkurssi

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Vitikkala, Joonaantie 1

Opintosetelikurssi 30 e

La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00

11.10.–23.11.2025, 10.1.–8.3.2026

Heli Rämö-Kaija, 48 t, Kurssimaksu 83,00 €

Kurssi soveltuu alkeiskurssilaisille, mutta mukaan voi tulla jo pidempään nyplänneetkin. Kurssilla opitaan pitsinnypläyksen alkeet neljän viikonlopun aikana ja edetään aihealueittain taitojen kehittyessä eri maiden tekniikoihin. Kurssiviikonloput 11.-12.10. ja 22.-23.11.2025 sekä 10.-11.1. ja 7.-8.3.2026. Opetus Vitikkalan koulun kuvataideluokassa. Lisätietoja Heli Rämö-Kaija puh.040 591 9149.

110411 Mitä kuuluu kansallispuku?

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, auditorio, Paununkatu 1

Ti 9.9.2025 klo 18.00–19.30, Milla Sinivuori-Hakanen

Kansallispuku viettää tänä vuonna 140-vuotisjuhlaansa. Tänäkin päivänä suosittu kansallispuku on monikäyttöinen juhlavaate ja puvun osia voi hyödyntää myös muussa pukeutumisessa. Tilaisuudessa

keskustellaan kansallispukujen käytöstä ja pukeutumisesta sekä valmistuksesta ja korjausmahdollisuuksista. Saat tietoa pukujen ja valmistustarvikkeiden ostopaikoista. Voit halutessasi tuoda oman pukusi nähtäville. Ilmoittauduthan kuitenkin, ei kurssimaksua.

110412 Kansallispuvun valmistaminen ja korjaus

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, tekstiilityön luokka, Paununkatu 1

Pe 17.00–20.00, La 11.00–15.00

26.9.–8.11.2025, 16.1.–28.3.2026

Milla Sinivuori-Hakanen, 40 t, Kurssimaksu 80,00 €

Kaipaako kansallispukusi korjausta tai huoltoa, suurentamista tai pienentämistä? Puuttuuko pukukokonaisuudestasi osia tai oletko valmistamassa uutta pukua? Kurssilla valmistetaan ja korjataan kansallispuvun osia perinteisin työtavoin. Voit tehdä myös kansallispukuperinnettä hyödyntävän vaatteen ns. "tuunaa mun perinne" hengessä. Kurssi toteutetaan viikonloppuisin pe-la 26.-27.9. ja 7.-8.11.2025 sekä 16.-17.1., 13.-14.2. ja 27.-28.3.2026. Kurssilaisten suositellaan osallistuvan materiaalitilausten vuoksi myös maksuttomalle Mitä kuuluu kansallispuku? -kurssille. Jos et pääse siihen, otathan yhteyttä kurssin opettajaan, p. 040 723 1598.



110420 Lammasvällykurssi

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Vitikkala, tekstiilityönluokka, Joonaantie 1

Opintosetelikurssi 30 e

Pe 18.00–21.00, La 9.00–16.00, Su 9.00–16.00

26.9.–26.10.2025

Anu Pentti, 35 t, Kurssimaksu 74,00 €

Lammasvällykurssilla valmistetaan perinteiset lammasvällyt käsin ompelemalla. Voit tehdä juuri haluamasi kokoiset vällyt: yhdestä taljasta saat pienen peiton (n. 60x80 cm), kahdesta tulee jo vähän isompi peitto (esim. 80x120 cm), keinutolinmatto tai makuupussi vauvalle. Isot vällyt valmistuvat 6-8 taljasta. Vällyt ommellaan perinteisesti käsin, vahatulla pellavalangalla ja nahkaneulalla. Jokainen sauma huolitellaan

lopuksi nahkasuikaleella, jotta sauma kestää. Välyt voi tehdä lyhyt- tai pitkävillaisista taljoista, erivärisistä taljoista jne. Mahdollisuuksia on monia, rajana vain mielikuvitus. Katso lisätiedot! Ilmoittautuneille lähetetään kurssikirje. Kurssiviikonloput pe-su 26.-28.9. ja la-su 25.-26.10.2025. Toisen viikonlopun lauantai alkaa klo 10.00. Osallistujille lähetetään kurssikirje ennen kurssin alkua.

110422 Kransseja eri tekniikoilla

Kätevä, Lukkoilantie 4

Opintosetelikurssi 30 e

Pe 17.30–19.00, Pe 17.00–20.00, La 10.00–15.30

21.–29.11.2025

Pirjo Heinonen, 13 t, Kurssimaksu 55,00 €

Ensimmäisellä kokoontumiskerralla 21.11. klo 17.30-19.00 suunnitellaan valmistettavat kranssit materiaalihankintojen vuoksi. Kranssien valmistusviikonloppu 28.-29.11, pe klo 17-20 ja la klo 10-15.30

110425 Jouluisia koristeita ja valotorneja

Suinulan ent. koulu, Kuorevedentie 792

Opintosetelikurssi 30 e

Pe 17.30–20.30, La 10.00–14.00, La 10.00–11.30

14.–22.11.2025

Pirjo Heinonen, 11 t, Kurssimaksu 55,00 €

Valmistetaan jouluisia koristeita ja valotorneja paperimassasta ja metalliverkosta. Opettajalta saa ostettua materiaalit. Kurssipäivät pe 14.11., la 15.11. ja la 22.11. Lisätietoja Pirjo Heinonen p.0400403945.



KUDONTA



110430 Kätevät Kankurit

Kätevä, Lukkoilantie 4

Opintosetelikurssi 30 e

To 17.30–19.45

11.9.–27.11.2025, 8.1.–9.4.2026

Tiina Mäki, 57 t, Kurssimaksu 88,00 €

Kurssilla opetellaan/kerrataan kankaan rakentamisen eri vaiheet loimen luomisesta kutomiseen. Kudottavat työt, jotka ovat erilaisia käyttö- ja sisustustekstiilejä, suunnitellaan yhdessä kurssilaisten kanssa. Tutustutaan erilaisiin kankaiden sidoksiin ja sovelletaan niitä kudonnaisissa. Kurssi sopii myös vasta-alkajille. Ei opetusta viikoilla 40, 42(syyslooma) ja 46/2025 eikä viikoilla 5,9(hiihtoloma), 11 ja 14(Kiirastorstai)/2026.

110431 Kaipolan kudonta ja käsityöt

Kaipolan käsityötila, Kaipolan koulutie 3

Opintosetelikurssi 30 e

Ke 9.00–12.00

10.9.–3.12.2025, 7.1.–1.4.2026

Tiina Mäki, 56 t, Kurssimaksu 88,00 €

Kurssilla opetellaan/kerrataan kankaan rakentamisen eri vaiheet loimen luomisesta kutomiseen. Kudottavat työt, jotka ovat erilaisia käyttö- ja sisustustekstiilejä, suunnitellaan yhdessä kurssilaisten kanssa. Tutustutaan erilaisiin kankaiden sidoksiin ja sovelletaan niitä kudonnaisissa. Voidaan opetella myös muita tekstiilitekniikoita esim. makrameeta, tuftausta ja virkkaustöitä kiinnostuksen mukaan(ei ompelua). Kurssi sopii myös vasta-alkajille. Kurssi kokoontuu joka toinen viikko 4 oppituntia/kerta.

110432 Jämsänkosken kudonta ja käsityöt

Kudontatila, Jämsänkoski, Koivutie

Ke 17.30–20.30

10.9.–3.12.2025, 7.1.–1.4.2026

Tiina Mäki 56 t Kurssimaksu 88,00 €

Kurssilla opetellaan/kerrataan kankaan rakentamisen eri vaiheet loimen luomisesta kutomiseen. Kudottavat työt, jotka ovat erilaisia käyttö- ja sisustustekstiilejä, suunnitellaan yhdessä kurssilaisten kanssa. Tutustutaan erilaisiin kankaiden sidoksiin ja sovelletaan niitä kudonnaisissa. Voidaan opetella myös muita tekstiilitekniikoita esim. makrameeta, tuftausta ja virkkaustöitä kiinnostuksen mukaan(ei ompelua). Kurssi sopii myös vasta-alkajille. Kurssi kokoontuu joka toinen viikko 4 oppituntia/kerta.

110433 Koskenpään kudonta ja käsityöt

Koskenpään kuntala, Petäjävedentie 4

Ma 13.15–16.15

8.9.–1.12.2025, 19.1.–30.3.2026

Tiina Mäki, 56 t, Kurssimaksu 88,00 €

Kurssilla opetellaan/kerrataan kankaan rakentamisen eri vaiheet loimen luomisesta kutomiseen. Kudottavat työt, jotka ovat erilaisia käyttö- ja sisustustekstiilejä, suunnitellaan yhdessä kurssilaisten kanssa. Tutustutaan erilaisiin kankaiden sidoksiin ja sovelletaan niitä kudonnaisissa. Voidaan opetella myös muita tekstiilitekniikoita esim. makrameeta, tuftausta ja virkkaustöitä kiinnostuksen mukaan(ei ompelua). Kurssi sopii myös vasta-alkajille. Kurssi kokoontuu syyslukukaudella joka toinen viikko 4 oppituntia/kerta. Kevätlukukaudella kokoonnutaan viikoilla 4, 5, 6, 8, 10, 12 ja 14.

110434 Juokslahden kudonta ja käsityöt

Juokslahden koulu/kudonta, Niemenkyläntie 145

Ma 17.00–19.15

8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026

Tiina Mäki, 57 t, Kurssimaksu 88,00 €

Kurssilla opetellaan/kerrataan kankaan rakentamisen eri vaiheet loimen luomisesta kutomiseen. Kudottavat työt, jotka ovat erilaisia käyttö- ja sisustustekstiilejä, suunnitellaan yhdessä kurssilaisten kanssa. Tutustutaan erilaisiin kankaiden sidoksiin ja sovelletaan niitä kudonnaisissa. Voidaan opetella myös muita tekstiilitekniikoita esim. makrameeta, tuftausta ja virkkaustöitä kiinnostuksen mukaan(ei ompelua). Kurssi sopii myös vasta-alkajille. Ei tunteja viikoilla 40, 42 (syysloma) ja 46/2025 sekä viikoilla 5, 9 (hiihtoloma) ja 11/2026.

110435 Hallin kudonta ja käsityöt

Kuoreveden koulu, Opintie 2

Ti 17.45–20.00

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026

Tiina Mäki, 57 t, Kurssimaksu 88,00 €

Kurssilla opetellaan/kerrataan kankaan rakentamisen eri vaiheet loimen luomisesta kutomiseen. Kudottavat työt, jotka ovat erilaisia käyttö- ja sisustustekstiilejä, suunnitellaan yhdessä kurssilaisten kanssa. Tutustutaan erilaisiin kankaiden sidoksiin ja sovelletaan niitä kudonnaisissa. Voidaan opetella myös muita tekstiilitekniikoita esim. makrameeta, tuftausta ja virkkaustöitä kiinnostuksen mukaan(ei ompelua). Kurssi sopii myös vasta-alkajille. Ei tunteja viikoilla 40, 42 (syysloma) ja 46/2025 sekä viikoilla 5, 9 (hiihtoloma) ja 11/2026.

110436 Länkipohjan kudonta

Ent. Säästöpankin alakerta, Länkipohjantie 13

Ti 17.30–20.30

9.9.–25.11.2025, 20.1.–7.4.2026

Eija Pirttilahti, 48 t, Kurssimaksu 83,00 €

Kankaankudonnan perusasioiden kertausta ja uusien sidosten opettelua. Kudontatyöt suunnitellaan oppilaiden taitojen ja toiveiden mukaan. Uusia harrastajia toivotaan mukaan. Kokoon tumiskerrat syyslukukaudella 9.9., 23.9., 7.10., 28.10., 11.11. ja 25.11.2025. Kevätlukukaudella 20.1., 3.2., 17.2., 10.3.,

24.3. ja 7.4.2026.



110440 Lasinsulatusta, tiffany ja mosaiikkia

Auvilan paja, Auvilantie 119

Ke 12.00–16.00

22.10.–19.11.2025, 21.1.–1.4.2026

Päivi Huttunen, 75 t, Kurssimaksu 102,00 €

Kurssilla valmistetaan sulatus-, tiffany- ja mosaiikkitekniikalla taide- ja käyttöesineitä sekä sisä- että ulkokäyttöön. Lasinsulatusmuotteja on hyvä valikoima käytössänne. Opettajalta saatavana myös materiaaleja. Mosaiikkitoissa käytämme lasien lisäksi laattoja, posliinitavaraa ja valmiita mosaiikkeja. Kurssin alussa mahdollisuus tehdä tutustumis- ja ostosmatka lasitarvikkeiden maahantuojaalle. Lisätietoja Päivi Huttunen p. 0442843648.

110441 Lasinsulatusta, tiffany ja mosaiikkia viikonloppuisin, syksy

Auvilan paja, Auvilantie 119

Pe 16.00–20.00, La 10.00–15.00

19.9.–14.11.2025

Päivi Huttunen, 40 t, Kurssimaksu 76,00 €

Kurssilla valmistetaan sulatus-, tiffany- ja mosaiikkitekniikalla taide- ja käyttöesineitä sekä sisä- että ulkokäyttöön. Mosaiikkitoissa käytämme lasin lisäksi posliinitavaraa, laattoja ja valmiita mosaiikkipaloja ym. Opettajalta ostettavissa materiaaleja. Teemme retken kurssin alkuvaiheessa lasitarvikkeiden maahantuojaalle. INFO pe 19.9. klo 17.00-19.00. Kurssiviikonloput: 3.-4.10., 24.-25.10., 7.-8.11. ja pe 14.11.2025 Lisätietoja Päivi Huttunen p. 0442843648.

110443 Lasinsulatusta, tiffany ja mosaiikkia viikonloppuisin, kevät

Auvilan paja, Auvilantie 119

Opintosetelikurssi 30 e

Pe 16.00–20.00, La 10.00–15.00

16.1.–14.3.2026

Päivi Huttunen, 40 t, Kurssimaksu 76,00 €

Kurssilla valmistetaan sulatus-, tiffany- ja mosaiikkitekniikalla taide- ja käyttöesineitä sekä sisä- että ulkokäyttöön. Lasinsulatusmuotteja hyvä valikoima käytössänne. Mosaiikkitoissa käytämme lasin lisäksi posliinitavaraa, laattoja ja valmiita mosaiikkeja ym. Kurssin alussa mahdollisuus tehdä tutustumis- ja ostosmatka maahantuojaalle. Myös opettajan kautta on saatavilla materiaaleja.

Info pe 16.1.2026 klo 17.00-19.00.

Kurssiviikonloput: 30.-31.1., 6.-7.2., pe 20.2. ja 13.-14.3.2026.

Lisätietoja Päivi Huttunen p. 0442843648.





110445 Keramiikka A

Auvilan paja, Auvilantie 119

Opintosetelikurssi 30 e

Ti 13.00–16.00

9.9.–11.11.2025, 13.1.–24.3.2026

Päivi Riihinen 92 t Kurssimaksu 102,00 €

Haluatko oppia keramiikan tekemistä ja saven työstämistä? Kurssilla tehdään erilaisilla savilaaduilla ja eri tekniikoilla esineitä. Aikaisempaa osaamista ei tarvita. Opettajalta voi ostaa aloitussaven.



110446 Keramiikka B

Auvilan paja, Auvilantie 119

To 17.00–20.00

11.9.–13.11.2025, 8.1.–19.3.2026

Päivi Riihinen, 92 t, Kurssimaksu 102,00 €

Haluatko oppia keramiikan tekemistä ja saven työstämistä? Kurssilla tehdään erilaisilla savilaaduilla ja eri tekniikoilla esineitä. Aikaisempaa osaamista ei tarvita. Opettajalta voi ostaa aloitussaven.

110447 Keramiikan alkeiskurssi

Auvilan paja, Auvilantie 119

Ma 17.00–20.00

12.1.–9.3.2026

Päivi Riihinen, 32 t, Kurssimaksu 73,00 €

Kurssi on ensisijaisesti tarkoitettu heille, jotka ensi kertaa työskentelevät saven parissa. Kurssilla käydään läpi saven rakentamisen perustekniikat. Makkarateknikka, levytekniikka ja nipistely. Aloitussaven voi ostaa opettajalta. Lisätiedot Päivi Riihinen puh. 0405773926.

110448 Jouluaiheista keramiikkaa

Auvilan paja, Auvilantie 119

Pe 17.00–21.00, La 10.00–14.00, Su 10.00–14.00

15.11.–5.12.2025

Päivi Riihinen, 15 t, Kurssimaksu 55,00 €

Kurssilla tehdään savesta käsin rakentaen erillaisia lyhtyjä, tonttuja ym. Käsittelemme saven pintaa eri tekniikoin. Opettajalta voi ostaa saven. Kurssiviikonloppu la-su 15.-16.11.2025 klo 10-14 ja töiden lasituspäivä pe 5.12.2025 klo 17-21. Lisätiedot Päivi Riihinen puh. 0405773926.

110449 Keväistä keramiikkaa

Auvilan paja, Auvilantie 119

La 10.00–14.00, Su 10.00–14.00

24.1.–14.2.2026

Päivi Riihinen, 13 t, Kurssimaksu 55,00 €

Kurssilla tehdään savesta käsin rakentaen keväisiä esineitä esim. pääsiäisaiheisia tai vaikkapa puutarhakoristeita. Opettajalta voi ostaa saven. Kurssiviikonloppu la-su 24.-25.1.2026 klo 10-14. Lasituspäivä la 14.2.2026 klo 10-14. Lisätiedot Päivi Riihinen puh. 0405773926.



110450 Korukivityöpaja

Auvilan paja, Auvilantie 119

Opintosetelikurssi 30 e

Ti 17.00–20.00

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026

Matti Repo, 92 t, Kurssimaksu 111,00 €

Työpaja on tarkoitettu niin vasta-alkajille kuin kokeneille korukivi- ja hopeatyöharrastajille. Lisätietoja Matti 040 654 0777. Opetus Auvilan pajalla. Huom! 4 oppituntia/opetuskerta.

110451 Puutyöt, Jämsä

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, teknisen työn luokka, Paununkatu 1

Ke 18.00–20.15

17.9.–3.12.2025, 7.1.–1.4.2026

Toni Saha, 69 t, Kurssimaksu 97,00 €

Omavalintaisten puuesineiden suunnittelua ja valmistusta oman taitotason mukaan. Koululla puuntyöstökoneet ja työkalut käytössä. Tarvittaessa henkilökohtaista opetusta puutöihin.. Oma puutavara.

110452 Puutyöt, Jämsänkосki

Jämsänkосken yhtenäiskoulu, teknisen työn luokka, Opintie 49

Ma 18.00–20.15

15.9.–1.12.2025, 12.1.–13.4.2026

Toni Saha, 69 t, Kurssimaksu 97,00 €

Omavalintaisten puuesineiden suunnittelua ja valmistusta oman taitotason mukaan. Koululla puuntyöstökoneet ja työkalut käytössä. Tarvittaessa henkilökohtaista opetusta puutöihin.. Oma puutavara.

110453 Pienesineitä puusta

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, teknisen työn luokka, Paununkatu 1

Opintosetelikurssi 30 e

To 18.00–20.15

18.9.–4.12.2025, 8.1.–2.4.2026

Toni Saha, 69 t, Kurssimaksu 97,00 €

Omavalintaisten koriste- ja tarve-esineiden valmistusta puusta. Tarvittaessa henkilökohtaista opastusta ja ideoita toteutukseen. Oma puutavara.



110454 Puukkoja, puuta ja metallia **PERUUNTUI**

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, teknisen työn luokka, Paununkatu 1

Ti 18.00–20.15

16.9.–25.11.2025, 13.1.–24.3.2026

Salonen Juhana, 57 t, Kurssimaksu 91,00 €

Opi valmistamaan suomalainen puukko. Voit tehdä puukon valintasi mukaan joko valmisterään tai tehdä teränkin itse. Puukonteon ohessa voit tehdä valintasi mukaan puusta ja metallista kauniita käyttö- ja koriste-esineitä. Lisätietoja Juhanalta 040 520 5303.

110460 Huonekalujen entistäminen, Kaipola

Kaipolan koulun työtilat, Kaipolan koulutie 3

Opintosetelikurssi 30 e

To 17.30–20.30

25.9.–20.11.2025, 29.1.–26.3.2026

Tarja Lankinen, 64 t, Kurssimaksu 95,00 €

Vanhojen huonekalujen kunnostusta ja pintakäsittelyä. Huom! 4 oppituntia/opintokerta. Ei verhoilua. Lisätietoja Tarja Lankinen 044 284 0020.

110461 Huonekalujen entistäminen, Suinula PERUUNTUI

Suinulan ent. koulu, Kuorevedentie 792

Ma 17.30–20.30

22.9.–17.11.2025, 26.1.–23.3.2026

Tarja Lankinen, 64 t, Kurssimaksu 95,00 €

Vanhojen huonekalujen kunnostusta ja pintakäsittelyä. Huom! 4 oppituntia/opintokerta. Ei verhoilua. Lisätietoja Tarja Lankinen 044 284 0020.

110462 Perinteinen verhoilukurssi

Auvilan paja, Auvilantie 119

Ma 18.00–19.30, La 10.00–15.00, Su 10.00–15.00

9.2.–29.3.2026

Anneli Hiiri, 50 t, Kurssimaksu 84,00 €

Kurssin aikana perehdytään vanhoihin jousitettuihin huonekaluihin. Opimme sitomaan jousijärjestelmän ja verhoilun perustekniikoita. Käytämme ekologisia, perinteisiä pehmusteita ja työmenetelmiä. Perehdytään kankaiden ominaisuuksiin ja hoitoon. Lisäksi huonekalujen parantamisen ohella parannamme maailmaa. Ei nojatuolia isompaa, koska säilytystilamme on rajallinen. Tervetuloa huonekalujen kiehtovaan maailmaan toivoo verhoilijamestari Anneli Hiiri, lisätietoja 0400 213 224. Ensimmäinen INFO kerta pidetään ma 9.2 klo 18.00-19.30 Verhoomo Idefixissä, Mäkitie 12. Kurssiviikonloput: la-su 21.-22.2., 7.-8.3., 21.-22.3. ja 28.-29.3.2026.





TIETOTEKNIikka

Tietokoneen, tabletin ja älypuhelimien käytön yksilöopetusta 45 min/vko. Opetuskertoja on yhteensä 6/opiskelija. . Sisältö muotoutuu opiskelijoiden toiveiden mukaan esim. Sähköposti, tietoturva, sosiaalinen media, tiedonhaku, toimisto-ohjelmat, kuvien siirto kännykästä ja digikamerasta, kuvankäsittelyn perusteita, skannaaminen puhelimella/tabletilla, muistitikun käyttö, ilmaisohjelmien lataaminen ja asentaminen, pilvipalvelut, e-kirjat jne. Lisätietoja puh. 040 831 9440 tai sähköpostitse karjme@hotmail.com.

340101 Digilaitteiden käytön yksilöopetusta (aamu), syksy

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

Opintosetelikurssi 30 e

To 11.9.-4.12.2025 klo 9.00–11.15

Mervi Karjalainen, Kurssimaksu 73,00 €

Kolme ensimmäistä ilmoittautunutta aloittavat to 11.9 ja saavat yksilöopetusta kukin omana tuntinaan kuuden viikon ajan. Seuraavat kolme aloittavat to 30.10.

340102 Digilaitteiden käytön yksilöopetusta (ilta), syksy PERUUNTUI

Jämsän lukio, Kelhänkatu 8

Opintosetelikurssi 30 e

Ti 9.9.-2.12.2025 klo 16.00–17.30

Mervi Karjalainen, Kurssimaksu 73,00 €

Kaksi ensimmäistä ilmoittautunutta aloittavat ti 9.9 ja saavat yksilöopetusta kukin omana tuntinaan kuuden viikon ajan. Seuraavat kaksi aloittavat ti 28.10.

340103 Digilaitteiden käytön yksilöopetusta (aamu), kevät

Musiikkiopisto, Kelhänkatu 8

Opintosetelikurssi 30 e

To 8.1.-2.4.2026 klo 9.00–11.15

Mervi Karjalainen, Kurssimaksu 73,00 €

Kolme ensimmäistä ilmoittautunutta aloittavat to 8.1 ja saavat yksilöopetusta kukin omana tuntinaan kuuden viikon ajan. Seuraavat kolme aloittavat to 12.2.

340104 Digilaitteiden käytön yksilöopetusta (ilta), kevät

Jämsän lukio, Kelhänkatu 8

Opintosetelikurssi 30 e

Ti 13.1.-14.4.2026 klo 16.00–17.30

Mervi Karjalainen, Kurssimaksu 73,00 €

Kaksi ensimmäistä ilmoittautunutta aloittavat ti 13.1 ja saavat yksilöopetusta kukin omana tuntinaan kuuden viikon ajan. Seuraavat kaksi aloittavat ti 3.3.



LIIKUNTA

KEVENNETYT KUNTOJUMPAT A JA B

Lempeää jumppaa koko keholle ja mielelle. Tällä tunnilla lämmitellään kehoa nivelistävällä hypytörmällä alkulämmittelyllä ja tehdään lihaskuntoliikkeitä vaihtelevasti välineitä hyödyntäen tai oman kehon painolla. Lisäksi tasapainoa ja liikkuvuutta kehittäviä harjoitteita sekä lihaskireyksiä lievittäviä täsmävenytyksiä. Tunnin loppuksi rentoutus.

830101 Kevennetty kuntojumppa A

Kuntosali Keskikeho, Teollisuuskatu 1 D

Ti 9.00–9.45

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026

Anneli Rautakoski, 23 t, Kurssimaksu 74,00 €

830102 Kevennetty kuntojumppa B

Kuntosali Keskikeho, Teollisuuskatu 1 D

Ti 10.00–10.45

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026

Anneli Rautakoski, 23 t, Kurssimaksu 74,00 €

830103 Kevennetty kuntojumppa C

Kuntosali Keskikeho, Teollisuuskatu 1 D

Ke 10.30–11.15

3.9.–10.12.2025, 7.1.–22.4.2026

Tommi Kuronen, 29 t, Kurssimaksu 78,00 €

Kevyt sydän- ja nivelistävälinen perusjumppa, joka sopii erityisesti yli 40-vuotiaille liikkumaan aloitteleville,

sydänriskiryhmään kuuluville, reumaatikoille yms. Kevyt alkulämmittely, lihaskunto-osuus sekä venyttelyä.



KUNTOJUMPAT A, B JA C

Monipuolista ja tehokasta jumppaa eri välineillä. Kevyt alkulämmittely, lihaskunto-osuus, tasapainoa kehittäviä harjoituksia sekä venyttelyä.

830104 Kuntojumppa A

Kuntosali Keskekeho, Teollisuuskatu 1 D

Opintosetelikurssi 30 e

To 10.00–10.45

11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026

Hennariikka Haverinen, 23 t, Kurssimaksu 74,00 €

830105 Kuntojumppa B

Liikuntahalli, Kuoreveden koulu, Opintie 2

Opintosetelikurssi 30 e

Ti 11.30–12.15

2.9.–9.12.2025, 13.1.–28.4.2026

Tommi Kuronen, 29 t, Kurssimaksu 78,00 €

830106 Kuntojumppa C

Länkipohjan koulu, liikuntasali, Kalliomäentie 9

Opintosetelikurssi 30 e

Ti 15.00–15.45

2.9.–9.12.2025, 13.1.–28.4.2026

Tommi Kuronen, 29 t, Kurssimaksu 78,00 €

Yhdistelmäryhmä kuntojumppaa ja kuntosalia.

830120 Kuntojumppa D

Kuntosali Keskekeho, Teollisuuskatu 1 D

Opintosetelikurssi 30 e

To 11.00–11.45

11.9.–27.12.2025, 8.1.–2.4.2026

Hennariikka Haverinen, 23 t, Kurssimaksu 74,00 €

830107 Paunun kuntojumppa

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, liikuntasali, Paununkatu 1

Ti 16.45–17.30

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026

Taina Hakanen, 23 t, Kurssimaksu 74,00 €

Monipuolista jumppaa alkulämmittelyn, lihaskunnon ja palauttavan venyttelyn muodossa. Välillä pidempi

sykeosuus ja välineitä tehostamaan lihaskuntoharjoitteita. Helppoja koreografioita. Sopii kaikille.

830108 Paunun kehonhuolto

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, liikuntasali, Paununkatu 1

Ti 17.30–18.15

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026

Taina Hakanen, 23 t, Kurssimaksu 74,00 €

Kehonhuoltotunnilla harjoitetaan liikkuvuutta ja kehonhallintaa oman kehon painolla. Tunti sisältää muun muassa dynaamista eli liikkuvaa venyttelyä, liikehallintaa, lempeää kehon ääriasentojen kuulostelua ja harjoittamista, tasapainoilua, rauhoittumista ja hetkeen pysähtymistä.

830109 Juokslahden kuntojumppa

Juokslahden koulu, Niemenkyläntie 145

Ke 18.00–18.45

10.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026

Hannele Järvinen, 23 t, Kurssimaksu 74,00 €

Monipuolista kuntojumppaa kaikille.



830110 Hopsun kuntojumppa

Hopsun kylätupa, Hopsu

Ti 19.00–19.45

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026

Arja Pekki 23 t Kurssimaksu 74,00 €

Kuntojumppaa kaikille lihaksille oman kunnon mukaan, mukana kuminauhat ja terapiapallot sekä kepit.

830111 Koskenpään kuntojumppa

Koskenpään koulu, Korpilahdentie 7

Ke 18.00–19.00

10.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026

Helena Kärkkäinen, 30,59 t, Kurssimaksu 78,00 €

Monipuolista jumppaa (tanssillista, kuntopiiriä ja kuntojumppaa eri välineitä hyväksikäyttäen).

Alkulämmittely, sykettä nostava osuus, lihaskunto-osuus ja lopuksi venyttely. Sopii kaikenikäisille, -kuntoisille ja -kokoisille. Mukavaa yhdessäoloa!

830112 Palsinan kuntojumppa

Palsinan ent.koulu, Palsinantie

To 18.00–18.45

11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026

Susanna Mäkinen, 23 t, Kurssimaksu 74,00 €

Perus kuntojumppaa. Välineinä käytetään step-lautaa, jumppapalloja ja -keppejä. Harjoittelua myös painoilla. Venyttelyt lopuksi.

830113 Miesten kuntojumppa A, Jämsänkoski

Korven koulu, liikuntasali, Korventie 14

Ti 17.45–18.30

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026

Miia Sopenen, 23 t, Kurssimaksu 74,00 €

Helppoa monipuolista jumppaa. Lihaskunto-osuudet kehon omaa painoa hyväksi käyttäen, välillä käytämme keppiä ja kuminauhoja lisäämään tehoa. Lopuksi hyvä olo venyttelemällä. Tunneilla tärkeää kuunnella omaa kehoa, mutta myös haastaa itsensä.

830114 Miesten kuntojumppa B

Kuntosali Keskekeho, Teollisuuskatu 1 D

To 9.00–9.45

11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026

Hennariikka Haverinen, 23 t, Kurssimaksu 74,00 €

Kunnon jumppaa erityisesti miehille. Harjoitteita tehostetaan käyttämällä välillä eri välineitä kuten käsipainoja, kahvakuulia ja kuminauhoja.

830115 Eläkeläisten kuntojumppa A, Korven koulu

Korven koulu, liikuntasali, Korventie 14

Opintosetelikurssi 30 e

Ma 13.30–14.15

25.8.–1.12.2025, 12.1.–4.5.2026

Tommi Kuronen, 29 t, Kurssimaksu 78,00 €

Kevyt terveysliikuntatunti, sopii erityisesti yli 60-vuotiaille. Iloista perusjumppaa erilaisia välineitä hyödyntäen. Kevyt alkulämmittely, lihaskunto- ja tasapaino-osuus sekä venyttelyä.

830116 Kehonhuoltoa Kolonkulmalla

Kolonkulman ent. koulu, Kolonkulmantie 620

Ti 10.00–10.45

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026

Maija-Liisa Vehmas, 23 t, Kurssimaksu 74,00 €

Kehonhuoltojumppaa monen ikäisille jumppaajille.

830117 Suinulan tuolijumppa

Nuorisoseura Nysän talo, Suinula, Kuorevedentie 921

Ma 10.00–10.45



15.9.–1.12.2025, 12.1.–13.4.2026
Leila Vesa, 23 t, Kurssimaksu 74,00 €

Perusjumppaa tuolilla istuen.

830118 Kuntomix - Läkipohja

Läkipohjan koulu, liikuntasali, Kalliomäentie 9
To 17.30–18.30

11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026
30,59 t, Kurssimaksu 78,00 €

Lihaskuntoa vahvistavaa jumppaa musiikin tahtiin. Lihasten lämmittelyt askelsarjoilla, monipuoliset lihaskuntoliikkeet oman kehonpainoilla ja välineillä. Lopuksi venyttelyt. Ryhmän ohjauksesta vastaa Kuntokuume.

830119 Naisten vatsa-peppu treeni

Korven koulu, liikuntasali, Korventie 14
Ti 17.00–17.45

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026
Miia Sopenen, 23 t, Kurssimaksu 74,00 €

Vaihtelevia askelsarjoja, välillä pidempi sykkeen nosto-osuus, välillä pitkä lihaskunto-osuus kehon omalla painolla tai kuminauhoja apuna käyttäen. Pääpaino lihaskunto-osuudessa on vatsa/peppualueella, unohtamatta kuitenkin muitakaan lihasryhmiä. Lopuksi pienet venyttelyt.

830121 Naisten kuntosalijumppa

Kuntokeskus Pressi, Koskenväylä 2
Ti 18.45–19.30

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026
Miia Sopenen, 23 t, Kurssimaksu 74,00 €

Kuntopiiriharjoittelua hyvää seuraa ja kuntoa hakevalle. Kokemusta kuntosalilaitteista ei vaadita. Laitteet käydään läpi ja opetellaan niiden oikeaoppinen käyttö. Vastusten säätöä muuttamalla tunti sopii niin vasta-alkajille kuin pidempään salilla käyneille. Kaikki mukaan ikään ja kuntotasoon katsomatta!



IKINUORTEN KUNTOSALIJUMPAT

Ikinuorten hyvän kunnon ja reippaan mielen salaisuus on säännöllinen kuntosaliharjoittelu hyvässä seurassa. Ryhmät soveltuvat erityisesti yli 60-vuotiaille kuntosaliharjoittelun aloittaville; kokemusta kuntosalilaitteiden käytöstä ei vaadita.

830122 Ikinuorten kuntosalijumppa 1

Uimahalli Koskikara, kuntosali, Rantaraitti
To 9.00–9.45
11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026
Emmi Natri, 23 t, Kurssimaksu 74,00 €

830123 Ikinuorten kuntosalijumppa 2

Uimahalli Koskikara, kuntosali, Rantaraitti
To 10.00–10.45
11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026
Emmi Natri, 23 t, Kurssimaksu 74,00 €



HARMAAT PANTTERIT KUNTOSALIRYHMÄT JA KUOREVEDEN KUNTOSALIRYHMÄ

Monipuolista, yksilöllisesti sovellettua ja ohjattua kuntosaliharjoittelua sisältäen lihaskuntoharjoittelun lisäksi lämmittelyt, venyttelyt ja tasapainoharjoittelua. Soveltuu vasta-alkajille sekä aikaisemmin kuntosaliharjoittelua tehneille.

830125 Harmaat pantterit kuntosali 1

Kuntosali Keskikeho, Teollisuuskatu 1 D
Ma 14.30–15.15
1.9.–8.12.2025, 12.1.–4.5.2026
Emmi Natri, 23 t, Kurssimaksu 78,00 €

830126 Harmaat pantterit kuntosali 2

Kuntosali Keskikeho, Teollisuuskatu 1 D
Ma 15.30–16.15
1.9.–8.12.2025, 12.1.–4.5.2026
Emmi Natri, 23 t, Kurssimaksu 78,00 €

830127 Kuntosaliryhmä

Kuntosali, Kuoreveden koulu, Opintie 2
Ti 12.30–13.15
2.9.–9.12.2025, 13.1.–28.4.2026
Tommi Kuronen, 29 t, Kurssimaksu 78,00 €



TASAPAINORYHMÄT

Ryhmät on tarkoitettu ensisijaisesti toimintakyvyltä yli 65-vuotiaille. Alkuverryttelyn jälkeen harjoitetaan lihasvoimaa ja tasapainoa eri harjoituspisteissä ja toimintaradalla mukavalla meiningillä.

830130 Tasapainoryhmä A

Kuntosali Keskiheho, Teollisuuskatu 1 D

Opintosetelikurssi 30 e

Pe 10.00–10.45

29.8.–5.12.2025, 9.1.–8.5.2026

Tommi Kuronen, 29 t, Kurssimaksu 78,00 €

830131 Tasapainoryhmä B

Kuntosali Keskiheho, Teollisuuskatu 1 D

Opintosetelikurssi 30 e

Pe 11.00–11.45 29.8.–5.12.2025, 9.1.–8.5.2026

Tommi Kuronen, 29 t, Kurssimaksu 78,00 €



830141 Jomon-Shindo perusteet

Jokivarren puukoulu, Kelhänkatu 8

To 16.15–17.45

11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026

Aija Ekman, 46 t, Kurssimaksu 83,00 €

830142 Jomon-Shindo jatko

Jokivarren puukoulu, Kelhänkatu 8

To 17.45–19.15

11.9.–27.11.2025, 8.1.–2.4.2026

Aija Ekman, 46 t, Kurssimaksu 83,00 €

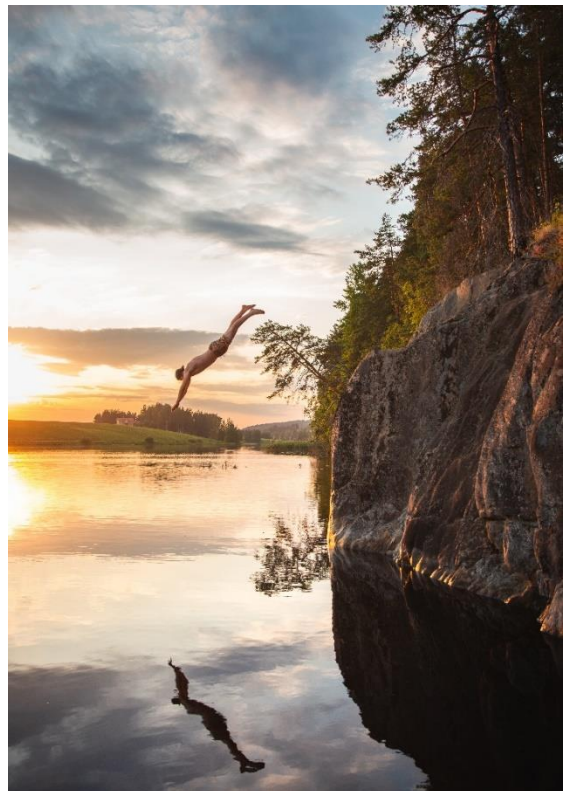
830143 FasciaMethod aamuryhmä

Jämsän pääkirjaston monitoimitila, Keskuskatu 2-4

Ti 8.00–9.00

3.2.–17.3.2026

Tiina Riihinen, 7,98 t, Kurssimaksu 40,00 €



FasciaMethod on suomalaisten fysioterapeuttien kehittämä kehonhuoltomenetelmä. Tunnilla tehdään koko kehon liikkuvuusharjoitteita lihastoimintaketjuja mukaillen, dynaamisia täsmävenytyksiä tyypillisesti kireille lihaksille, liikehallintaharjoitteita sekä faskiakäsittelyä pallolla. Harjoittelu edistää kokonaisvaltaisesti tuki- ja liikuntaelimistön terveyttä. Mukaan tarvitset joustavat vaatteet ja oman jumppa-alustan. Halutessasi voit ottaa mukaan myös oman pallon (esim. tennis- tai lacrosse-pallo), mutta opettajalla on

myös lainapalloja. Kurssi kokoontuu 6 kertaa kevätlukukaudella 2026.

830144 Mindfulness-rentoutusryhmä, Jämsä

Luonnonkoti, Rinnetie 1 A 6, Jämsä

Ma 18.30–20.00

8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026

Virpi Pohjonen, 46 t, Kurssimaksu 83,00 €

Kokonaisvaltaista hyvinvointia, mielenrauhaa ja voimaantumista kehoon ja mieleen! Mindfulness -sana voidaan suomentaa ”hyväksyvä tietoinen läsnäolo”. Hyväksyvä ja lempeä suhtautuminen itseen ja toisiin, omaan mieleen ja kehoon, on yksi mindfulnessin perusta. Mindfulness-ryhmässä teemme rauhallisia, palauttavia ja monipuolisia keho-mieli-hengitys-harjoitteita, joiden myötävaikutuksella opimme rauhoittamaan ja rentouttamaan omaa kehoa, mieltä ja hermostoa. Ryhmään osallistuaksesi sinun ei tarvitse ennalta tietää tai osata mitään. Pukeuduthan joustaviin ja mukaviin vaatteisiin. Ota mukaan oma alusta ja viltti. Ryhmää ohjaa Mindfulness-tunnetaitovalmentaja Virpi Pohjonen.

830145 Pilates alkeet ja perusteet

Jokivarren puukoulu, Kelhänkatu 8

Ma 18.00–19.30

8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026

Margit Carpelan, 46 t, Kurssimaksu 83,00 €

Kehon ja mielen hyvinvointiin, tervetuloa! Pilateksessa kaikkein tärkein osuus on perusteiden oppiminen ja oman kehon hallinta. Niiden opiskelamiseen käytetty aika ei ole koskaan hukkaan heitetty. Perusteiden päälle on hyvä jatkaa vaativampiin Pilates-ohjelmiin. Kurssin ohjelma lähtee Pilates-alkeista ja etenee rauhallisesti seuraavalle tasolle. Tunnin lopussa on hyvät venyttelyt ja koko kehon rentoutus. Ohjelma sopii kaikille sukupuoleen ja ikään katsomatta. Opettajan kanssa voi keskustella, mikäli on kehollisia ongelmia ja voimme yhdessä etsiä vaihtoehtoisen tavan harjoitteen suorittamiseen. On myös mahdollisuus saada neuvoja kehon vaivojen korjaamiseksi arjessa. Varusteet: kokopitkä tarpeeksi vahva matto, mukavat vaatteet, paljain jaloin tai sukkasillaan.

830150 SJL- jooga, avoin

Jokivarren puukoulu, Kelhänkatu 8

Opintosetelikurssi 30 e

Ke 18.45–20.15

10.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026

Piippa Mutikainen, 46 t, Kurssimaksu 83,00 €

Suomen joogaliiton (SJL) mukaista hatha-/rajajoogaa. Oman luonnollisen hengityksen ohjaaman asanaharjoituksen avulla kuljemme kohti rentoutumista, keskittymistä ja mielen hiljentymistä. Sopii niin ensikertalaisille kuin aiemmin jooganneillekin. Ota mukaan alusta ja rento, lämmin asu. Opettaja Piippa Mutikainen, Joogaopettaja SJL

830151 SJL-jooga, jatko

Jokivarren puukoulu, Kelhänkatu 8

Ke 17.00–18.30

10.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026

Piippa Mutikainen, 46 t, Kurssimaksu 83,00 €

Suomen joogaliiton (SJL) mukaista hatha-/rajajoogaa oman luonnollisen hengityksen ohjaaman asanaharjoituksen avulla kuljetaan kohti rentoutumista, keskittymistä ja mielen hiljentymistä. Jatko sopii perusteet osaaville. Ota mukaan alusta ja rento, lämmin asu. Opettaja Piippa Mutikainen, Joogaopettaja SJL

830152 Jooga, Jämsänkoski

Päiväkoti Koivulinna, Koivutie 24

Ma 17.30–19.00

8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026

Outi Parikka, 46 t, Kurssimaksu 83,00 €

Jooga on kokonaisvaltainen itsekasvatus- ja itsehoitomenetelmä. Hatha-joogaa voi kutsua kehon joogaksi, sillä sen keskeinen keino on kehon harjoitus. Apuna on myös tietoinen hengitys. Harjoitus vapauttaa kehoa ja mieltä jännityksistä. Jooga auttaa myös rauhoittumaan. Sitä voivat harjoittaa kaikenkuntoiset ja -kaikenikäiset ihmiset. Ohjaaja Outi Parikka on joogaopettaja SJL.

830154 Äijäjooga, Jämsänkoski

Päiväkoti Koivulinna, Koivutie 24

Ma 19.15–20.45

8.9.–24.11.2025, 12.1.–13.4.2026

Outi Parikka, 46 t, Kurssimaksu 83,00 €

Äijäjooga on hatha-joogaa. Puolitoista tuntia sisältää perusharjoituksia, jotka sopivat iästä ja kunnosta riippumatta lähes kaikille miehille. Mitä jäykempi ihminen sitä enemmän joogalla on annettavaa. Tavoitteena on kohentaa kehon notkeutta ja venyvyyttä sekä kehittää keskittymiskykyä, rentoutumista ja hiljentymistä. Jooga on itsehoito- ja itsekasvatusmenetelmä. Kehon harjoitus luo fyysistä tasapainoa, joka voi kuljettaa kohti mielen tyyneyttä.

830155 Jooga - etäopetus

Ke 18.30–20.00

10.9.–26.11.2025, 7.1.–1.4.2026

Outi Parikka, 46 t, Kurssimaksu 83,00 €

Jooga on kokonaisvaltainen itsekasvatus- ja itsehoitomenetelmä. Hatha-joogaa voi kutsua kehon joogaksi, sillä sen keskeinen keino on kehon harjoitus. Apuna on myös tietoinen hengitys. Harjoitus vapauttaa kehoa ja mieltä jännityksistä. Jooga auttaa myös rauhoittumaan. Sitä voivat harjoittaa kaikenkuntoiset ja -kaikenikäiset ihmiset. Ohjaaja Outi Parikka on joogaopettaja SJL. Ryhmä kokoontuu ainoastaan etäyhteyksillä. Opetuksessa käytetään Jitsi-meet-sovellusta. Tästä linkistä löytyy tietoa Jitsistä: <https://www.okf.fi/fi/2020/04/11/okfi-tarjoaa-maksuton-ja-turvallinen-videoneuvottelu/>



830160 Senioritanssi, Jämsä

Kuntosali Keskekeho, Teollisuuskatu 1 D

Opintosetelikurssi 30 e

To 12.15-13.45

18.9.–4.12.2025, 8.1.–2.4.2026

Leila Vesa, 46 t, Kurssimaksu 83,00 €

Senioritanssi on kokonaisvaltaista liikuntaa. Tanssit ovat monipuolisia, perustuen eri maiden kansantansseihin sekä helpohkoihin lavatanssien ja lattareiden askelikkoihin. Tule yksin tai yhdessä kaverin kanssa, pari löytyy aina. Kaikenikäiset ovat tervetulleita. Aikaisempaa tanssitaitoa ei tarvita, sen sijaan avoin mieli, mukava asu ja tanssiin soveltuvat jalkineet.

830170 Lavatanssikurssi

Jokivarren puukoulu, Kelhänkatu 8

La 10.00–13.15

6.9.–22.11.2025, 10.1.–11.4.2026

Marja Salo, 48 t, Kurssimaksu 85,00 €

Kurssilla opetellaan yleisimpien lavoilla tanssittavien lajien perusaskeleita ja helppoja kuvioita, vientiä ja seuraamista sekä tanssilavaetikettiä. Voit tulla kurssille yksin tai parin kanssa. Vaihtorinki toimii eli kaikki pääsevät tanssimaan. Voit tuki halutessasi tanssia koko ajan oman parisi kanssa. Mukaan kurssille tarvitset vesipullon ja mukavat tanssiin soveltuvat kengät, jotka ovat päkiän kohdalta vähän luistavat. Kokoontumiskerrat syksyllä la 6.9., 13.9., 4.10., 25.10., 8.11., 22.11.2025 ja keväällä la 10.1., 24.1., 7.2., 21.2., 14.3. ja 11.4.2025.



ESITTÄVÄ TAIDE, ILMAISUTAITO JA KIRJALLISUUS

110201 Riimitiimi-lausuntapiiri

Teatteri Tenho, Säterintie 1

Opintosetelikurssi 30 e

Ti 18.00–20.15

9.9.–25.11.2025, 13.1.–7.4.2026

Päivi Lahtinen, 69 t, Kurssimaksu 102,00 €

Ryhmän keskeisiin tavoitteisiin kuuluu runojen tulkinnan ja ilmaisemisen oppiminen, varmuuden ja rohkeuden saaminen esiintymiseen ja ryhmässä toimimiseen. Aikaisempaa kokemusta lausujana ei tarvitse olla. Tervetuloa mukavaan ryhmään!

130201 Kirjallisuuspiiri

Jämsänkosen yhtenäiskoulu, Opintie 49

To 17.30–19.00

11.9.–4.12.2025, 8.1.–2.4.2026

Johanna Suominen, 20 t, Kurssimaksu 63,00 €

Tervetuloa kirjojen maailmaan! Kirjallisuuspiirissä tutustutaan monipuolisesti kirjallisuuteen; luetaan yhdessä valittuja teoksia ja keskustellaan niiden herättämistä ajatuksista. Kurssi sopii kaikille kirjallisuudesta ja lukemisesta kiinnostuneille! Kurssipäivät ovat syyslukukaudella torstait 11.9., 2.10., 23.10., 13.11. ja 4.12.2025. Kevätlukukaudella 8.1., 29.1., 19.2., 12.3. ja 2.4.2026.

130210 Luova kirjoittaminen

Jokivarren puukoulu, Lydia, Kelhänkatu 8

Ke 17.30–20.00

10.9.–19.11.2025, 7.1.–1.4.2026

Johanna Suominen, 43,29 t, Kurssimaksu 74,00 €

Tervetuloa sanojen maailmaan! Kurssilla perehdytään monipuolisesti luovaan kirjoittamiseen: kirjoitetaan, luetaan ja analysoidaan yhdessä erityyppisiä tekstejä. Tavoitteena on tutustua sanojen käytön moniin mahdollisuuksiin, oppia käyttämään rikkaasti kieltä ja saada välineitä itseilmaisuun. Kurssi sopii kaikille kirjoittamisesta kiinnostuneille. Kurssipäivät: keskiviikot 10.9., 24.9., 8.10., 22.10., 5.11. ja 19.11. sekä 7.1., 21.1., 4.2., 18.2., 4.3., 18.3. ja 1.4.



HISTORIA

130101 Tutkitaan yhdessä sukujamme

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, Paununkatu 1

Ke 17.00–19.15

10.9.–19.11.2025, 7.1.–1.4.2026

Annikki Harjumäki, 39 t, Kurssimaksu 64,00 €

Teemme sukututkimusta yhdessä kurssilaisten kanssa kurssin alkaessa valittavista teemoista. Kurssilaisten edellytetään osaavan sukututkimuksen perustaidot ja -tiedot sekä tietokoneen ja internetin käytön. Kurssi kokoontuu kahden viikon välein. Kurssipäivät syksyllä: ke 10.9., 24.9., 8.10., 22.10., 5.11. ja 19.11. Kurssipäivät keväällä: ke 7.1., 21.1., 4.2., 18.2., 4.3., 18.3. ja 1.4.



LUONNONTIETEET

410201 Astrobiologian sunnuntai - Elämä Aurinkokunnassa, eksoplaneetoilla ja maailmankaikkeudessa

Jokivarren puukoulu, Kelhänkatu 8

Su 21.9.2025 klo 11.00–17.00

Kyösti Ryyänen, 7 t, Kurssimaksu 35,00 €

Astrobiologia tutkii elämän edellytyksiä, kehitystä ja todennäköisyyttä maailmankaikkeudessa. Maa-planeetan elämästä, sen käyttämistä alkuaineista, energialähteistä, geneettisestä koodista sekä kasvien ja eläinten fysiologiasta, voidaan tehdä johtopäätöksiä koskemaan myös maanulkopuolista elämää. Miten maailmankaikkeuden perusvoimien vahvuudet ja tilaulottuvuuksien lukumäärä vaikuttavat elämän mahdollisuuteen. Entä maailmankaikkeuden ikä, sen laajentuessa tähtienvälisen aineen metallipitoisuuden kasvaessa ja muodostaessa galakseja, tähtiä ja planeettoja. Mistä muualta Aurinkokunnassa saattaisi löytyä yksinkertaista elämää. Millaiset eksoplaneetat ovat elämälle suotuisia ja miten niiden elämä voitaisiin havaita planeetan valon spektristä. Miten oman planeettamme elämä on saanut alkunsa ja voisimmeko perustaa siirtokuntia Kuuhun ja Marsiin. Mitään esitetietovaatimuksia kurssilla ei ole, vaan kiinnostus jo sinällään tähtitieteeseen ja biologiaan riittää. Kurssille voivat osallistua myös lapset huoltajansa seurassa. Tervetuloa kysymään ja keskustelemaan elämästä maailmankaikkeudessa.



KOTITALOUS

810202 Helppoa arkiruokaa kasviksista

Jämsänjoen yhtenäiskoulu, Paunu, Paununkatu 1

Ke 18.00–20.00

10.9.–8.10.2025

Kaie Hakonen, 13,35 t, Kurssimaksu 54,00 €

Pidätkö hyvistä kasvisruoista, mutta et vielä oikein osaa valmista sellaista? Tule mukaan 5 kerran

lyhytkurssille, jossa kokkaillaan hyvää ruokaa kasviksista ja muista yksinkertaisista raaka-aineista. Opit hyödyntämään sesongin mukaisia raaka-aineita ja käyttämään monipuolisesti laadukkaita kasviproteiinin lähteitä. Pääset käytännössä testaamaan koko perheelle sopivia reseptejä, saat uusia ruokaideoita aamupaloista illalliseen ja kurssin jälkeen osaat helposti lisätä kasviksia ja värejä omaan ruokavalioon. Ennen kaikkea saat kurssilta rohkeutta kokeilla erilaisia kasvisruokia ja huomaat, kuinka helppoa niiden valmistaminen on. Saatat myös yllätyä siitä, kuinka hyvin ravitseva, maukas ja aito kasvisruoka pitää nälkää sekä kuinka hyvän olon se tekee keholle ja mielelle. Voit osallistua kurssille riippumatta siitä, oletko kasvis- vai sekasyöjä - tämä on hyvä mahdollisuus kaikille opetella uutta ja innostua hyvän ruoan äärellä. Kurssipäivät keskiviikkoisin 10.9., 17.9., 24.9., 1.10. ja 8.10.

JÄMSÄN KIRJASTOT – JOKAISELLE PALJON



Jämsän pääkirjasto

Keskuskatu 2-4, 42100 JÄMSÄ

Jämsänkosken omatoimikirjasto

Opintie 49, 42300 JÄMSÄNKOSKI

Kuoreveden omatoimikirjasto Länkipohjan omatoimikirjasto

Lentoasemantie 1, 35600 HALLI

Kirjastotie 4, 35400 LÄNGELMÄKI

Pääkirjaston palveluajat ovat

ma-to 9–19

pe 9–17

la (syys-huhtikuu) 9–14

Pääkirjaston omatoimiaika on

ma-to 7–9 ja 19–21

pe 7–9

la-su 7–17

Juhlapyhät ja aattopäivät tuovat muutoksia pääkirjaston palvelu- ja omatoimiaikoihin. Tarkista aukioloajat verkkokirjastosta keski.finna.fi.

Kuoreveden ja Länkipohjan omatoimikirjastot ovat avoinna läpi vuoden joka päivä klo 7–21 (Jämsänkosken omatoimikirjasto klo 7–19) ja niihin, kuten myös pääkirjastoon omatoimiaikana, pääsee Keski-kirjastojen kortilla ja pin-koodilla. Kirjaston käyttäjänä sitoudut noudattamaan kirjaston sääntöjä.

Kirjasto on kirjojen ja muiden aineistojen lisäksi paljon muuta. Erilaisia tiloja kokoontumisiin ja työskentelyyn löytyy. Pääkirjastossa on tapahtumia ja näyttelyitä moneen makuun. Kiinnostaisiko sinua digiopastus, entäpä osallistuminen satutunnille, jollainen järjestetään kerran kuukaudessa lukuvuoden aikana jokaisessa kirjastossa? Jämsän kirjasto on mukana myös kuntien yhteisessä E-kirjastossa, josta saat e-kirjoja ja -lehtiä luettavaksi sekä äänikirjoja kuunneltavaksi. Myös Cineast-elokuvapalvelu on käytössäsi. Reitti sähköisiin aineistoihin löytyy keski.finna.fi-verkkokirjastosta. Sen kautta voit myös etsiä kirjoja, uusia lainoja, maksaa maksuja ja tehdä varauksia. Tarvittaessa kirja kuljetetaan sinulle vaikkapa Kinnulasta asti, onhan Jämsän kirjasto osa Keski-kirjastoja.

www.jamsa.fi/kirjasto keski.finna.fi www.facebook.com/jamsankirjasto kirjasto@jamsa.fi p. 040 712 2503

Tervetuloa!

VAPAA-AIKAPALVELUT

Vapaa-aikapalveluissa huolehditaan kaupungin liikunta-, kulttuuri- ja nuorisopalveluista sekä kaupungin hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyöstä. Vapaa-aikapalveluiden tavoitteena on edistää jämsäläisten hyvinvointia luomalla kaikille kuntalaisille hyvät harrastusmahdollisuudet tarjoamalla turvallisia liikuntapaikkoja ja erilaisia kokoontumistiloja esimerkiksi nuorisotiloja. Vapaa-aikapalveluissa järjestetään monipuolista ohjattua toimintaa ja tapahtumia eri ikäisille ammattitaitoisen henkilöstön voimin sekä yhteistyössä mm. paikallisen järjestökentän, seurakuntien ja oppilaitosten kanssa. Hyvinvointia edistetään myös sekä tukemalla taloudellisesti paikallista yhdistys- ja järjestötoimintaa. Vapaa-aikapalveluissa huolehditaan myös kaupungin vaikuttamistoimielinten, Nuorisovaltuuston ja Vammaisneuvoston, sekä Tammenlehvän perinnetoimikunnan toiminnasta.

Yhteystiedot:

Jämsän kaupungin vapaa-aikapalvelut
Kelhänkatu 3
42100 Jämsä

sähköpostiosoitteet etunimi.sukunimi@jamsa.fi

Vapaa-aikapalvelupäällikkö

Katja Pohjoismäki puh. 040 571 6556

- vapaa-aikapalvelujen tulossyklikkojohtaja, vapaa-aikapalvelujen suunnittelu ja kehittäminen
- liikunta- ja nuorisopalvelujen sekä teatteriaivustusten myöntäminen järjestöille

Hyvinvointikoordinaattori

Tiina Riihinen puh. 050 384 8523

- kaupungin hyvinvointityön koordinointi
- sisäliikuntatilojen ja nuorisotilojen vakiovuorojen myöntäminen
- järjestöyhteistyö



LIIKUNTAPALVELUT

Liikunnanohjaaja Tommi Kuronen, puh. 040 861 7023

- erityis- ja terveysliikunta, toiminnan suunnittelu ja ohjaaminen

- vammaisneuvoston sihteeri

Vastaava liikunnanohjaaja Marko Tarvainen, puh. 040 7122 485

- uimahallin henkilöstön esimies
- uinninvalvonta ja uimaopetus
- vesiliikunta- ja kuntosaliryhmien ohjaus

Liikunnanohjaajat Timo Suutari ja Jessica Vesa, puh. 040 712 2522

- uinninvalvonta ja uimaopetus
- vesiliikunta- ja kuntosaliryhmien ohjaus

Uimahalli Koskikara – Kompakti kuntokeskus Jämsässä

Uimahalli Koskikara sijaitsee Jämsänkosken taajamassa kauniin luonnon, koskien ja luontopolkujen ympäröimänä. Uimahallilta löytyy 25 metrin kuntouintiallas sekä lämpimät lasten allas ja terapia-allas hierovine vesisuihkuineen. Saunomaan pääsee tavallisten saunojen lisäksi höyrysaunoihin. Uimahallilla on myös hyvin varusteltu kuntosali sekä avantouintimahdollisuus talvella. Uimahallin peruskunnostus valmistui keväällä 2018.

Osoite:

Koskikarantie 1, 42300 Jämsänkoski

Kahvio, puh. 040 712 2521

Siivoojat, puh. 040 712 2514

Valvomo, liikunnanohjaajat puh. 040 712 2522

Lipunmyynti avoinna syyskuu 2025 - huhtikuu 2026

ma suljettu

ti ja pe klo 6.30 - 19.30

ke ja to klo 13.30 - 19.30

la ja su klo 12.00 - 16.30

Uintiaika päättyy yhden (1) tunnin lipunmyynnin päättymisen jälkeen. Uimahallin tiloista poistutaan viimeistään puolitoista (1,5) tuntia lipunmyynnin päättymisen jälkeen.

Maksuvälineenä käy käteinen, pankkikortti ja liikuntasetelit/kortit:

Smartum liikunta- ja kulttuurisetelit sekä Smartum-kortti, RJ-Kuntoiluseteli Oy:n Tyky-kuntosetelit,

Edenredin Mind & Body –kortti ja Virikesetelit, E-passi Payments Oy:n E-passi sekä Eazybreak-mobiilisetelit.

Voit tarkistaa aukioloajat ja hinnat uimahallin verkkosivuilta [Uimahalli Koskikara – Jämsän kaupunki \(jamsa.fi\)](https://uimahalli.koskikara.fi)



Koulujen liikuntasalit ja muut sisäliikuntatilat

- Juokslahden koulu, Niemenkyläntie 145, 42140 Juokslahti
- Jämsän lukio, Kelhänkatu 8, 42100 Jämsä
- Kaipolan koulu, Koulutie 3, 42220 Kaipola
- Kuoreveden koulu, Opinkuja 2, 35600 Halli
- Liikuntahalli, Keskuskatu 16, 42100 Jämsä
- Länkipohjan koulu, Kalliomäentie 9, 35400 Längelmäki
- Jämsänjoen yhtenäiskoulu (Paunu), Paununkatu 1, 42100 Jämsä
- Jämsänjoen yhtenäiskoulu (Vitikkala), Joonaantie 1 A, 42100 Jämsä
- Jämsänkosken yhtenäiskoulu, Opintie 49, 42300 Jämsänkoski
- Korven koulu, Korventie 14, 42300 Jämsänkoski
- Koskenpään koulu, Korpilahdentie 7, 42440 Koskenpää

Tilavaraukset tehdään sähköisen [TIMMI-tilavarausohjelman](#) kautta.

Länkipohjan ja Kuoreveden kuntosalien käyttömaksut sekä liikuntasalien yksittäisvarauksia voi maksaa myös verkossa tilavarausohjelma Timmin kautta.

Koulusihteerit

Jaana Huovinen, puh. 040 7122 490 ja Iris Ahonen 040 3578 432

- sähköisen TIMMI-tilavarausohjelman käyttöön liittyvät tehtävät

Yläkoululaisten ja toisen asteen alaikäisten opiskelijoiden on mahdollista hankkia oma henkilökohtainen opiskelijan käyttöoikeus Kuoreveden ja Länkipohjan kuntosaleille. Nuoren on osoitettava omaavansa kuntosaliharjoittelun perusteet ja/tai käytävä liikuntatoimen järjestämä kuntosalikurssi. Kuoreveden koulun 7.-9- luokan oppilailla on mahdollisuus saada kuntosalin käyttöoikeus sekä Kuoreveden että Länkipohjan kuntosalille yhdellä maksulla. (sivistyslautakunta 19.2.2020 § 20)

Kaupungin neuvonnassa (Pääkirjasto, Keskuskatu 2-4) voi maksaa kuntosalin käyttömaksut myös kohdennetuilla maksutavoilla (Smartum, Edenred, E-passi) ma-pe klo 9-15, puh. 040 825 2797.

ULKOLIIKUNTAPAikkojen HOITO

Ulkoliikuntapaikkojen hoidosta vastaa kaupunkiympäristötoimiala.

Tiedustelut:

Kaupunkiympäristötoimiala, liikuntapaikkamestari Tommi Rasi, puh. 044 901 9966





KULTTUURIPALVELUT

Jämsän kaupungin kulttuuripalvelut järjestää vuosittain itsenäisyyspäivän sekä kansallisen veteraanipäivän juhlan. Kulttuuripalvelut toimii aktiivisesti vuonna 2023 perustetussa Tammenlehvän Jämsän perinnetoimikunnassa.

Näyttelytoimintaa järjestetään pääkirjastossa Raitilla (Keskuskatu 2-4).

Kaupunki tukee kulttuurijärjestöjen ja yksityisten tahojen toimintaa avustuksilla.

Kulttuuripalvelut huolehtii kaupungin taidekokoelmasta ja kotiseutuarkistosta. Kaupunki omistaa lähes tuhat taideteosta, jotka on sijoitettu pääosin kaupungin eri kiinteistöihin. Kokoelma pitää sisällään Jämsän, Jämsänkosken, Kuoreveden ja Längelmäen teokset sekä lahjoituksena saatuja teoksia. Kotiseutuarkisto sijaitsee virastotalo Koskelossa ja sinne voi varata aineistoon tutustumiselle aikoja kulttuurisihteeriltä.

Jämsän museoissa voi tutustua entisaikojen elämään aidoissa ympäristöissä. Museot ovat avoinna lähinnä kesäaikaan, mutta tilauksesta niihin pääsee tutustumaan muulloinkin. Kaupungissa toimii 12 museota, joista Jämsän kaupunki omistaa kaksi, Pälämäen museon ja Maamiehen museon. Kaupunki huolehtii myös Vinnin tilasta ja järjestää siellä yhteistyökumppanivetoisesti toimintaa kesäisin.

Anna palautetta ja kerro ideoita – ota yhteyttä meihin!

Museotoiminta, kalendaariset juhlat, taidekokoelma, kotiseutuarkisto, kulttuuripalvelujen avustukset:

Kulttuurisihteerin Päivi Lahtinen puh. 0400-951 828

Kulttuuripalvelujen avustukset teatteritoiminnan osalta, hallinto- ja esihenkilötehtävät:

Vapaa-aikapalvelupäällikkö Katja Pohjoismäki puh. 040 571 6556



Vinnin sali



NUORISOPALVELUT – Toiminnalla tietoa ja tukea tulevaisuuteen

Jämsän kaupungin nuorisopalveluissa pääasiallisin kohderyhmä on 13–17 -vuotiaat. Nuorisotiloja on kaupungin ylläpitämänä kolme: Nuorten Raitti Seppolassa Forumin liikekiinteistössä, Kuutti Hallin taajamassa sekä Nuorisokahvila Köpis Jämsänkoskella. Jämsän neljäs nuorisotila sijaitsee Länkipohjan taajamassa; tämän tilan toimintaa ylläpidetään vapaaehtoisvoimin. Nuorisotiloilla nuoret voivat hengaila, tavata kavereitaan, kuunnella musiikkia, pelata erilaisia pelejä sekä osallistua erilaisiin aktiviteetteihin nuoriso-ohjaajan opastuksella. Monitoimitalo Kyöpelin yhteydessä Jämsänkoskella on myös kaksi nuorille vuokrattavaa bänditilaa. Lisätietoa tiloista ja toiminnasta löytyy kaupungin verkkosivuilta.

Kohdennetun nuorisotyön kohderyhmänä ovat 15-28 -vuotiaat nuoret. Etsivä nuorisotyö tarjoaa nuorille mahdollisuuden henkilökohtaiseen ohjaukseen ja tukeen. Etsivä nuorisotyö mahdollistaa nuorelle luotettavan rinnalla kulkevan ammattilaisen, jolla on kokemusta asioiden selvittelystä ja yhteistyöstä muiden palveluntarjoajien kanssa. Yhteistyössä etsivän nuorisotyön ohjaajan kanssa nuorella on mahdollisuus kerryttää tietoja ja taitoja, joilla suunnataan kohti tulevaisuutta. Kiireetön kohtaaminen, läsnäolo ja suunnitelmallinen eteneminen kohti nuoren asettamaa tavoitetta ovat etsivän työn perusta.

Kohdennetun nuorisotyön toinen palvelu, LuovaStartti -nuorten työpajatoiminta, on matalankynnyksen tavoitteellista ja säännöllistä starttivalmennusta 17–28 -vuotiaille nuorille. Starttivalmennus on ryhmävalmennusta, jonka tavoitteena on antaa nuorille työkaluja omien voimavarojen löytämiseen ja niiden hyödyntämiseen omannäköisen arjen ja elämän rakentamisessa. LuovaStartilla nuorta tuetaan merkityksellisyyden, omien vahvuuksien ja kykyjen löytämisessä sekä vahvistetaan nuoren itsetuntemusta.

Tapahtumien ja monien palvelujen tuottamisessa (esim. nuorten moottoripajatoiminta) tehdään yhteistyötä kaupungin muiden toimialojen, paikallisten järjestöjen, yritysten ja seurakunnan sekä oppilaitosten kanssa. Leiri- ja kerhotoimintaa järjestetään sekä yhteistyössä yhdistysten kanssa että täysin omana toimintana.

Nuorisovaltuuston toimintaa koordinoidaan nuorisopalveluissa. Nuorisovaltuusto on Jämsässä asuvien tai opiskelevien henkilöiden pysyväisluonteinen poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton yhteistyöelin. Nuorisovaltuusto edistää ja kehittää nuorten vaikuttamis- ja osallistumismahdollisuuksia Jämsässä. Nuorisovaltuuston toimikausi on kaksi vuotta.

Nuorisojärjestöjen toimintaa tuetaan pienimuotoisilla avustuksilla ja nuorille myönnetään vuosittain liikunta-, kulttuuri- ja taidestipendit.

Anna palautetta ja kerro ideoita – ota yhteyttä meihin!

Alue- ja nuorisotilatyö (Jämsänkoski), nettisivut, some, ehkäisevä päihdetyö, leiritoiminta
Nuoriso-ohjaaja Teemu Liedenpohja, puh. 040 865 6485

Alue- ja nuorisotilatyö (Seppola), nuorisovaltuusto, kerhotoiminta, leiritoiminta, some
Nuoriso-ohjaaja Pia Salminen, puh. 0400 888 187

Nuorisotilatyo (Halli)

Ohjaaja, puh. 040 8322 438

Etsivä nuorisotyö

Etsivän nuorisotyön ohjaajat:

Maija Haromo, puh. 040 139 1555

Mirva Järvinen, puh. 044 420 2637

Päivi Siili, puh. 040 170 5111

LuovaStartti -työpajatoiminta

Starttivalmentajat:

Kaisa Rantala, puh. 044 717 7642

Tanja Ukkonen, puh. 040 561 4827

Nuorisovaltuusto

nuorisovaltuusto@jamsa.fi

Hallinto- ja esihenkilötehtävät

Vapaa-aikapalvelupäällikkö Katja Pohjoismäki puh. 040 571 6556



JÄMSÄNJOKILAAKSON MUSIIKKIOPISTO

Musiikki on hyvä ja monipuolinen harrastus, joka tarjoaa hienoja kokemuksia läpi elämän. Soittamisesta ja laulamisesta saadut elämykset rikastuttavat arkea ja tarjoavat henkistä pääomaa, joka kantaa elämässä eteenpäin. Musiikkiharrastus kehittää ihmistä kokonaisvaltaisesti. Sen myötä opitaan monia elämässä tarvittavia taitoja, kuten keskittymiskykyä ja pitkäjännitteisyyttä. Musiikin opiskelun voi aloittaa jo ennen kouluikää musiikkileikkikoulussa tai soitinvalmennuksessa. Musiikkiopisto tarjoaa hyvät harrastusmahdollisuudet kaikenikäisille opiskelijoille. Musiikinopetus on pääosin yksilöopetusta. Opinnot sisältävät solistisen aineen opiskelun lisäksi musiikin perusteiden opinnot sekä monenlaista yhteismusisointia. Perusasteella ja syventävissä opinnoissa opiskeluun kuuluu olennaisena osana oppilaskonsertit sekä muut esiintymiset. Musiikkiopistossa annetaan tutkintotavoitteista taiteen perusopetuksen laajan oppimäärän mukaista opetusta.



HAKU MUSIIKKIOPINTOIHIIN

Musiikkiopistoon ilmoittautuminen on 1.-30.4.2026. Hakulomakkeita saa musiikkiopistolta, kouluilta sekä Jämsän kaupungin Internet-sivuilta. Sähköinen ilmoittautuminen on auki hakuajana huhtikuussa www.jamsa.fi -sivulla.

Opetusta tarjotaan seuraavissa soittimissa: piano, viulu, sello, huilu, klarinetti, saksofoni, trumpetti, harmonikka, kitara, sähkökitara, sähköbasso, kantele, lyömäsoittimet ja laulu (laulussa suosituskäyrä 15 v.)

Oppilasvalinta lukuvuodelle 2026-2027 tehdään toukokuussa 2026.

Ilmoittautumislomakkeet palautetaan 30.4.2026 mennessä musiikkiopistolle os. Kelhänkatu 8, 42100 Jämsä. Lisätietoja Jämsänjokilaakson musiikkiopiston toiminnasta ja opinnoista voi tiedustella rehtorilta puh. 040 751 4731 tai opistosihteeriltä puh. 040 712 2640. Myös musiikkiopiston Facebook-sivuilta löytyy ajankohtaista tietoa opiston toiminnasta

MUSIIKKILEIKKIKOULU

Musiikkileikkikoulussa annettavan opetuksen tehtävänä on musiikin kokonaisvaltainen kokeminen, elämyksellisyys, musiikin rakkauden herättäminen, suomalaisen kansanperinteen vaaliminen sekä musiikillisten kykyjen ja valmiuksien kehittäminen.

Työtapoja ovat laulaminen, loruleminen, musiikkiliikunta, soittaminen, musiikin kuunteleminen, improvisoiminen, säveltäminen jne. Musiikkia integroidaan muihin taidekasvatukseen alueisiin, kuten kirjallisuuteen, kuvataiteisiin, tanssiin ja draamaan. Tavoitteet asetetaan ryhmän senhetkisten valmiuksien mukaan huomioiden lasten yksilöllisyys.

Musiikkileikkikoulussa tuetaan lapsen kokonaisvaltaista kehitystä avoimessa ja turvallisessa ilmapiiressä. Musiikki voi tulla osaksi lapsen arkipäivää, josta hän saa iloa, lohdutusta, virkistystä ja auttaa tarpeen tullen rentoutumaan. Musiikin maailman voi omistaa, sitä voi jakaa toisille ja toisten kanssa. Koska lapset käyvät musiikkileikkikoulussa vain kerran viikossa, on syytä korostaa lapsilähtöistä toimintaa, jonka päämäärä ei ole näyttävä suoritus, vaan omakohtainen tekeminen, kokemukset ja niiden arvostaminen.

Lapsi oppii musiikin avulla ryhmävastuuta, vuorovaikutustaitoja, ilmaisemaan itseään, kuuntelemaan ja keskittymään. Lasta rohkaistaan yhdessä tekemiseen, itseilmaisuuksiin, itsenäiseen ajatteluun ja oman musiikkisuhteen löytämiseen. Yhtenä tavoitteena on edesauttaa valmiuksien kehittymistä perustason soitonopiskelua varten.

Musiikkileikkikoulun toimipaikkoja ovat Jämsä, Jämsänkoski, Kuhmoinen ja Kuorevesi.

Muskariryhmän kesto on lapsen iästä riippuen 30–45 minuuttia kerran viikossa.



Musiikkileikkikouluun ilmoittaudutaan sähköisellä lomakkeella www.jamsa.fi -sivulla. Hakulomakkeita on saatavilla myös musiikkiopistolta, kouluilta sekä Jämsän kaupungin Internet-sivuilta. Oppilaat otetaan ryhmiin ilmoittautumisjärjestyksessä. Uudet oppilaat ilmoittautuvat ryhmiin keväällä huhti-toukokuussa 2026. Vapaita oppilaspaikkoja kannattaa tiedustella musiikkiopiston toimistosta myös kesken lukuvuoden.

YHTEISMUSISOINTI

Yhteismusisointi on yksi tärkeimmistä ja hyödyllisimmistä osa-alueista musiikin opiskelussa. Erilaisiin kokoonpanoihin kuuluminen auttaa oman soittimen opiskelussa, kehittää vuorovaikutustaitoja ja tuo yhteenkuuluvuuden tunnetta.

Musiikkiopistomme yhteismusisointia ovat mm. jousiorkesteri sekä kamariorkesteri, aikuisorkesteri, bändi, junioriharmonikat ja lapsikuoro.

Tervetuloa tutustumaan toimintaamme!

Jämsänjokilaakson musiikkiopisto
Kelhänkatu 8, 42100 Jämsä

040 751 4731 Sini Käkönen, kehittämisspäälikkö-opistojen rehtori
040 712 2640 Riitta Jaatila, opistosihtööri



**JÄMSÄN TYÖVÄENOPISTO JA
JÄMSÄNJOKILAAKSON MUSIIKKIOPISTO**

KELHÄNKATU 8, 42100 JÄMSÄ
PUH. 040 712 2640 RIITTA JAATILA

KULTTUURIPALVELUT

KELHÄNKATU 3 / KESKUSKATU 2-4, 42100 JÄMSÄ
PUH. 0400 951 848 PÄIVI LAHTINEN

NUORISO- JA LIIKUNTAPALVELUT

KELHÄNKATU 3 / KESKUSKATU 2-4, 42100 JÄMSÄ
PUH. 040 571 6556 KATJA POHJOISMÄKI

KIRJASTOPALVELUT

KESKUSKATU 2-4, 42100 JÄMSÄ
PUH. 040 712 2503 NEUVONTA

JÄMSÄ

MUUALLAKIN VOI HARRASTAA, MUTTA MIKSI?

WWW.JAMSA.FI