

SIPOON OPISTO SIBBO INSTITUT 2025-2026



ILMOITTAUTUMINEN / ANMÄLNING

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

ILMOITTAUTUMISTAVAT / OLIKA SÄTT ATT ANMÄLA SIG:

1.

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

2.

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

3.

Voit myös ilmoittautua **Nikkilän opistotalolla** 19.8.2025 klo 17.00–19.00.
Du kan också anmäla dig i **Nickby institut** den 19.8–2025 kl. 17.00–19.00.

4.

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



**Paperilaskuihin
lisätään
laskutuslisä 5,00 €.**

**Vi fakturerar
5,00 € för
pappersfakturan.**

Ilmoittautuminen

Ilmoittautuminen alkaa kaikille
kursseille tiistaina 19.8.2025 klo 17.00.

Anmälning

Anmälan till alla kurser börjar den
19.8.2025 kl. 17.00.

SISÄLLYSLUETTELO - INNEHÅLL

Sipoon opisto	6	
Sibbo institut	10	
Kartat / Kartor	14	
Musiikki Musik	20	
Kuvataiteet Bildkonst	25	
Kädentaidot Hantverk	29	
Kielet Språk	33	
Kotitalous ja puutarha Huslig ekonomi och trädgård	35	
Kulttuuri ja yhteiskunta Kultur och samhälle	37	
Tietotekniikka Datateknik	39	
Liikunta ja hyvinvointi Motion och välmående	41	
Muut kurssit Övriga kurser	53	
Menossa mukana Med på gång	54	
Art Colorosa	55	



Oppiminen ei ole pelkästään tietojen ja taitojen hankkimista; se on myös matka kohti itseymmärrystä ja yhteisöllisyyttä. Se on tapa, jolla voimme rakentaa parempaa tulevaisuutta itsellemme ja ympäröivälle maailmalle. Sivistys on avain, joka avaa ovet uusiin maailmoihin ja mahdollisuuksiin.

Whole Earth Catalog oli vastakulttuurin aikakauslehti ja tuotekatalogi, jonka Stewart Brand julkaisi ensimmäisen kerran 1. syyskuuta 1968 Kaliforniassa, Yhdysvalloissa. Katalogin tarkoituksena oli tarjota resursseja ja tietoa, jotka auttaisivat ihmisiä elämään omavaraisemmin ja ekologisemmin. Katalogin motto oli "Access to Tools" (Pääsy työkaluihin), ja se kattoi laajan valikoiman aiheita, kuten maatalous, koulutus, arkkitehtuuri, käsityöt ja teknologia.

Whole Earth Catalog saavutti laajan suosion erityisesti 1960- ja 1970-luvuilla etenkin San Franciscossa ja Silicon Valleyn visionäärien piireissä. Muun muassa Applen perustaja Steve Jobs on maininnut katalogin yhdeksi hänen inspiraation lähteeksi. San Francisco ja Silicon Valley ovat esimerkkejä siitä, mihin innovaatioihin ennakkoluuloton asenne ja rohkea kokeilu voi johtaa.

Pidät nyt käsissäsi Sipoon omaa "Whole Earth Catalogia". Toivomme, että meidän yhteinen opinto-oppaamme saa myös sinut innostumaan ja täyttymään halusta kokeilla jotain uutta.

Katalogin viimeisessä julkaisussa oli yksinkertainen mutta voimakas loppulause: "Stay hungry. Stay foolish." Tämä lause muistuttaa meitä siitä, että oppimisen ja uteliaisuuden ei tulisi koskaan loppua. Meidän tulisi aina pyrkiä eteenpäin, olla rohkeita ja avoimia uusille ajatuksille ja mahdollisuuksille.

Pysy nälkäisenä. Pysy hulluttelevana.

Hannu Ollikainen
Sipoon opiston rehtori

Lärande är inte bara att förvärva kunskaper och färdigheter; det är också en resa mot självinsikt och gemenskap. Det är ett sätt för oss att bygga en bättre framtid för oss själva och världen omkring oss. Bildning är nyckeln som öppnar dörrar till nya världar och möjligheter.

Whole Earth Catalog var en motkulturell tidskrift och produktkatalog som först publicerades av Stewart Brand den 1 september 1968 i Kalifornien, USA. Syftet med katalogen var att erbjuda resurser och information som skulle hjälpa människor att leva mer självförsörjande och ekologiskt. Katalogens motto var "Access to Tools" (Tillgång till verktyg), och den täckte ett brett spektrum av ämnen såsom jordbruk, utbildning, arkitektur, hantverk och teknik.

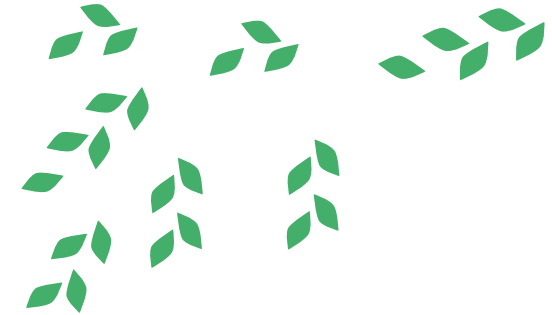
Whole Earth Catalog blev mycket populär, särskilt under 1960- och 1970-talen, särskilt bland visionärer i San Francisco och Silicon Valley. Bland annat har Apples grundare Steve Jobs nämnt katalogen som en av sina inspirationskällor. San Francisco och Silicon Valley är exempel på vad en fördomsfri attityd och mod att experimentera kan leda till.

Nu håller du i Sibbos egen "Whole Earth Catalog". Vi hoppas att vår gemensamma studieguide också får dig att bli inspirerad och fylld av lust att prova något nytt.

I den sista utgåvan av katalogen fanns en enkel men kraftfull avslutningsfras: "Stay hungry. Stay foolish." Denna fras påminner oss om att lärande och nyfikenhet aldrig bör ta slut. Vi bör alltid sträva framåt, vara modiga och öppna för nya idéer och möjligheter.

Behåll hungern. Behåll leklusten.

Hannu Ollikainen
Rektor för Sibbo insitut



Tämän esitteen teossa on käytetty apuna tekoälyä tekstien, käännösten ja tiivistelmien muokkauksessa. Emme koskaan syötä tekoälypalveluille salassa pidettävää, ei-julkista tai henkilötietoja sisältävää materiaalia. Käytämme tekoälyä harkiten myös siksi, että tiedostamme tekoälyn käytön kuluttavan merkittävästi vettä ja energiaa.

Vid framställningen av denna broschyr har artificiell intelligens använts som stöd för redigering av texter, översättningar och sammanfattningar. Vi matar aldrig in konfidentiellt, icke-offentligt eller personuppgiftsinnehållande material i AI-tjänster. Vi använder AI med eftertanke också därför att vi är medvetna om att användningen av AI förbrukar betydande mängder vatten och energi.

Sipoon opisto



Toimisto: Iso kylätie 8, 04130 SIPOO

Puh. (09) 2353 6004

Avoinnä ma ja ke klo 10.00–11.30 ja 12.00–14.00

Ma–pe tavoitat meidät puhelimitse klo 10.00–11.30 ja 12.00–14.00

Sähköposti: sipoon.opisto@sipoo.fi

Henkilökunnan sähköposti: etunimi.sukunimi@sipoo.fi

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

www.sipoo.fi/sipoon-opisto

Löydät meidät myös Facebookista, Instagramista, LinkedInistä ja YouTubeista.

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

Podcast: www.sipoo.fi/palvelu/opistopodi/

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



Opisto

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

Henkilökunta

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

Asta Viitanen, koulutuskoordinaattori, opintovapaalla 31.12.2025 asti, sijainen

Niina Linko, puh. (09) 2353 6004.

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

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

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

Hannu Ollikainen, rehtori, puh. 050 350 1845.

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

Lukukaudet

Syyskuu 8.9.2025–30.11.2025, syysloma viikolla 42, 13.–19.10.2025.

Kevät 12.1.2026–12.4.2026, talviloma viikolla 8, 16.–22.2.2025, kiirastorstina 2.4.2026 ei ole opetusta. Kurssien alkamispäivät ovat merkittyinä kurssiohjelmaan.

Osa kursseista alkaa jo ennen varsinaista lukukautta tai kestää pidempään.

Ilmoittautuminen

Ilmoittautuminen alkaa kaikille kursseille tiistaina 19.8.2025 klo 17.00.

Ilmoittautumistavat:

1. Kurseille ilmoittaudutaan pääsääntöisesti internetin kautta <https://uusi.opistopalvelut.fi/sipoo/fi/>.
2. Soittamalla opiston kansliaan puh. (09) 2353 6004.
3. Voit myös ilmoittautua Nikkilän opistotalolla tiistaina 19.8.2025 klo 17–19.
4. Nikkilässä voi ilmoittautua Sipoon pääkirjastolla kunnan infossa ja Söderkullassa Söderkullan palvelupisteessä kirjastolla infon aukioloaikoina.
5. Sähköpostitse ilmoittautumisia otetaan vastaan maanantaista 15.9.2025 alkaen.

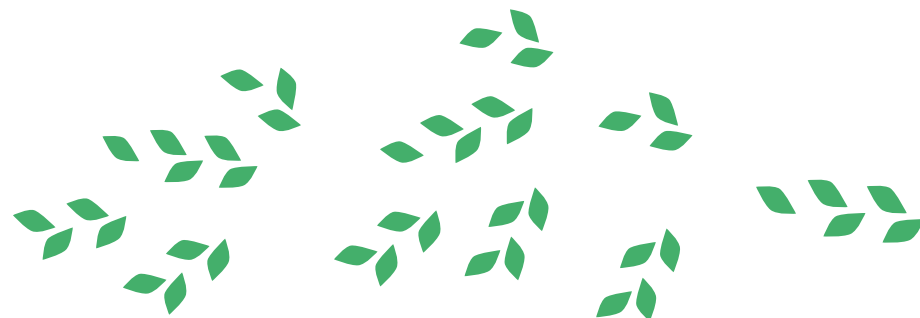
Ennakoilmoittautuminen kursseille on pakollista, jotta kurssit toteutuisivat. Alle 18-vuotiaat osallistujat: ilmoittakaa myös huoltajan henkilötiedot ja osoite laskutusta varten.

Kursseilla ei ole ilmaisia kokeilukertoja.

Ilmoittautumalla sitoudut maksamaan kurssimaksun.

Kurssin peruutus

Kurssi peruutetaan, mikäli kurssilla ei ole tarpeeksi osallistujia. Kurssin yhtä (1) peruutettua kertaa ei korvata rahallisesti eikä ylimääräisellä kokoontumiskerralla pitkällä kurssilla (10 kurssikertaa tai enemmän). Useampi peruttu kurssikerta pyritään korvaamaan mahdollisuuksien mukaan. Emme kuitenkaan hyvitä alle 15 euron kurssimaksun palautusta. Jos haluat perua kurssille osallistumisen, sen tulee tapahtua viimeistään 10 päivää ennen kurssin alkamista soittamalla opiston kansliaan (opettajalle ilmoittaminen ei riitä), netti-ilmoittautumiset voi perua netin kautta. Myöhässä peruutetusta kurssista asiakas joutuu maksamaan 50 % kurssin hinnasta. Jo alkaneesta, keskeytetystä kurssista ei hyvitetä kurssimaksua.



Maksuvaihtoehdot

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

Maksa kurssit:

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

Paperilaskuihin lisätään laskutuslisä 5,00 euroa.

Osallistujat maksavat kurssikirjat ja materiaalit itse.

Alennukset

Työttömät ja työkyvyttömyyseläkkeellä olevat voivat käyttää opintoseteleitä 50 € / lukukausi. Opintoseteli on tarkoitettu sipoolaisille työttömille työnhakijoille, työkyvyttömyyseläkkeellä oleville sekä henkilöille, jotka osallistuvat työvoimahallinnon työelämävalmennukseen. Opintoseteli on henkilökohtainen. Jos ehdot täyttyvät, voit hakea opintoseteliä Oma asiointi -palvelussa viimeistään 3 arkipäivää ennen kurssin alkamista. Jos Opetushallitus myöntää Sipoon opistolle hankerahoitusta lukuvuodelle 2025–2026, hankeraha kohdistetaan erityisryhmille, maahanmuuttajien suomen kielen opetukseen sekä senioreiden tietotekniikkakursseihin. Opisto ei myönnä henkilökohtaisia opintoseteleitä.

Osallistujat

Kurssit ovat kaikille avoimia, myös muille kuin Sipoon kunnan asukkaille. Sipoon opistoon ei ole sisäänpääsyvaatimuksia. Kurssien vähimmäisosallistujamäärä on pääsääntöisesti 8 henkeä, kielten kursseilla 6. Jotta kurssit toteutuisivat, on ilmoittautuminen ja säännöllinen osallistuminen tunneille tärkeää. Voit ilmoittautua kevään kursseille myös syksyn ilmoittautumisen yhteydessä.

Osallistumistodistus

Osallistumistodistus annetaan pyynnöstä kurssin päätyttyä. Todistuksesta peritään 10 €.

Vakuutukset

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

Kurssimuutoksista ja uusista kursseista ilmoittaminen

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

Maksupalvelukoulutus

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

Näyttelytila Art Colorosan varaaminen

Opintoryhmät tai opiskelijat voivat tehdä varauksia näyttelytilasta lukuvuoden aikana maksutta. Tee varaus sähköpostilla: pirjo.pentti@sipoo.fi, häneltä saat tarkempia tietoja asiasta. Opiston kevätnäyttely järjestetään huhtikuussa Art Colorosassa.

Yhteistyö

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

Opintopistekurssit

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

Kurssiohjelma

Päivitetyt versiot löydät täältä: <https://www.sipoo.fi/asiointikanava/sipoon-opiston-opinto-opas/>

HUOM! Opiston markkinoinnissa saatetaan käyttää opiskelijatöistä otettuja kuvia.

Seuraa meitä! / Följ oss!

@Sipoonopisto @Sipoon opisto - Sibbo institut





Kansli: Stora byvägen 8, 04130 SIBBO,

Tfn. (09) 2353 6004

Öppet mån. och tors. kl. 10.00–11.30 och 12.00–14.00

Mån–fre. när du oss per telefon kl. 10.00–11.30 och 12.00–14.00

E-post: sibbo.institut@sibbo.fi

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

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

www.sipoo.fi/sv/sibbo-institut

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

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

Podcast: www.sipoo.fi/sv/tjanst/institutpodden/

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



Institutet

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

Personal

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

Asta Viitanen, utbildningskordinator, studieledigt tills den 31.12.2025, vikarierande

Niina Linko, tfn. (09) 2353 6004.

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

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

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

Hannu Ollikainen, rektor, tfn. 050 350 1845.

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

Terminerna

Höst 8.9.2025–30.11.2025, höstlov vecka 42, 13.–19.10.2025.

Vår 12.1.2026–12.4.2026, sportlov vecka 8, 16.–22.2.2025, ingen undervisningen på skärtorsdagen 2.4.2026. Startdatumet är angivet vid varje kurs. Observera att några kurser börjar före den egentliga terminen börjar. Några kurser har en något längre termin.

Anmälning

Anmälan till alla kurser börjar den 19.8.2025 kl. 17.00.

Olika sätt att anmäla sig:

1. Förhandsanmälan sker i regel via Internet <https://uusi.opistopalvelut.fi/sipoo/sv/>
2. Du kan ringa till institutets kansli tfn (09) 2353 6004.
3. Du kan också anmäla dig i Nickby instituthus den 19.8.2025 kl. 17–19.
4. I Nickby kan du anmäla dig till kurser i kommunens info i Sibbo huvudbibliotek och i Söderkulla till kommunens servicepunkt i Söderkulla bibliotek under deras öppethållningstider.
5. Förhandsanmälan via e-post beaktas fr.o.m. måndag 15.9.2025.

Förhandsanmälan är obligatorisk för den avgör om kursen blir av och förverkligas. Deltagare under 18 år: meddela också förmyndarens personuppgifter och adress för fakturering.

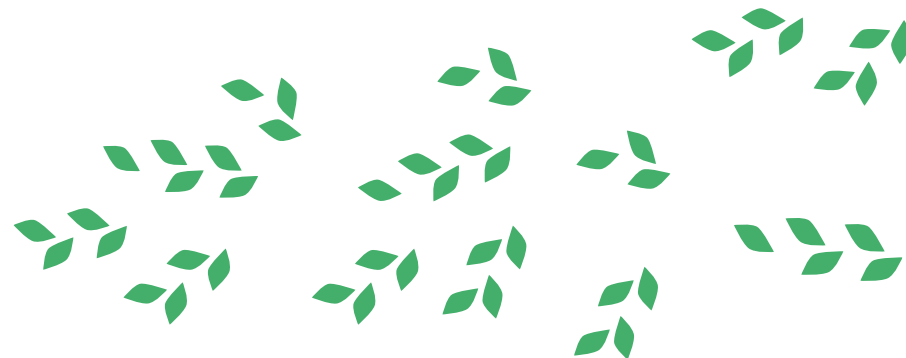
Vi har inga avgiftsfria gånger på våra kurser.

Genom att du anmäler dig till kursen förbinder du dig att betala den.

Annullering av kurs

Kursen inhiberas ifall antalet deltagare är för få. En (1) inställd kursgång ersätts inte ekonomiskt eller med en extra sammankomst på långa kurser (10 kursgångar eller fler). Flera inställda kursgångar försöker vi ersätta i mån av möjlighet. Vi återbetalar dock inte kursavgifter under 15 euro.

Meddela kansliet (ej läraren) om du är förhindrad att delta i kursen. Nätanmälan kan annulleras via nätet. Annulleringen bör ske senast 10 vardagar innan kursen startar. Om annulleringen sker senare än 10 vardagar innan kursen startar betalar kunden 50 % av kursavgiften. För en kurs som startat och den studerande avbryter eller uteblir ifrån betalar den studerande hela kursavgiften.



Betalningssätt

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

Betala din kurs:

1. Betalningslänk som vi skickar till din e-post då kursen har börjat. Kontrollera också skräpposten! Betalningslänken är i kraft i 14 dagar och du betalar den genom att klicka på länken och betalar den via netbanken. Utöver netbanken kan du välja att använda institutets andra netbetalningssätt: gymnastik- och kulturkurser med Smartum mobilapplikation, Eazybreak-applikationen, Edenred samt med e-pass. Dessa förmåner är personliga. I fall du betalar med en av mobilapplikationerna, vänligen sänd en kopia av betalningen per e-post till sibbo.institut@sibbo.fi.

2. Kontant / kort i kommunens info i Sibbo huvudbibliotek i Nickby och i Söderkulla till kommunens servicepunkt i Söderkulla bibliotek under deras öppethållningstider.

3. Pappersfaktura. Vi sänder dig en pappersfaktura per post då kursen startat.

5,00 € faktureras för pappersfakturer.

Kursdeltagarna står själva för kursmaterial och studieböcker.

Rabatter

Studiesedeln är avsedd för sibbobor: arbetslösa arbetssökande, personer på sjukpension och personer som utför praktik inom ramen för Arbetskraftsbyråns praktikantsystem. Studiesedeln är personlig. Om villkoren uppfylls kan du ansöka om studiesedeln via Mina tjänster senast 3 vardagar innan kursen startar.

I fall Utbildningsstyrelsen beviljar projektfinansiering för Sibbo institut för läsåret 2025–2026 riktas projektfinansieringen till att bekosta kurser för specialgrupper, studier i finska för invandrare och datakurser för seniorer. Institutet beviljar inte personliga studiesedlar.

Deltagare

Kurserna är öppna för alla, även för personer som inte bor i Sibbo. Institutet har inga inträdesfordringar. Antalet deltagare per kurs skall vara huvudsakligen minst 8. Deltagarantalet i språkkurserna är minst 6. För att kurserna skall förverkligas är det viktigt att du anmäler dig i tid samt deltar regelbundet på de kurser du anmält dig till. Du kan anmäla dig till vårens kurser i samband med höstens anmälan.

Studieintyg

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

Försäkringar

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

Förändringar i kurserna samt information om nya kurser

Om förändringar i kurserna och tillägg i kurserna meddelas de studerande i brådska fall via sms. Huvudsakligen kommunicerar vi per e-post. Det är således viktigt att dina kon-

taktuppgifter alltid är uppdaterade. Om nya kurser informerar vi på våra hemsidor under Aktuellt, Facebook, Instagram, Institutblogg samt i HelleWi.

Uppdragsutbildning

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

Reservation av utställningslokalen Art Colorosa

Våra studerande samt våra studiegrupper kan reservera utställningsutrymmet Art Colorosa avgiftsfritt under läsåret. Gör din reservation genom att sända e-post till pirjo.pentti@sipoo.fi. Av henne får du även närmare instruktioner. Institutets vårutställning ordnas även där i april.

Samarbete

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

Identifierande och erkännande av kunnande

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

Kursprogram

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

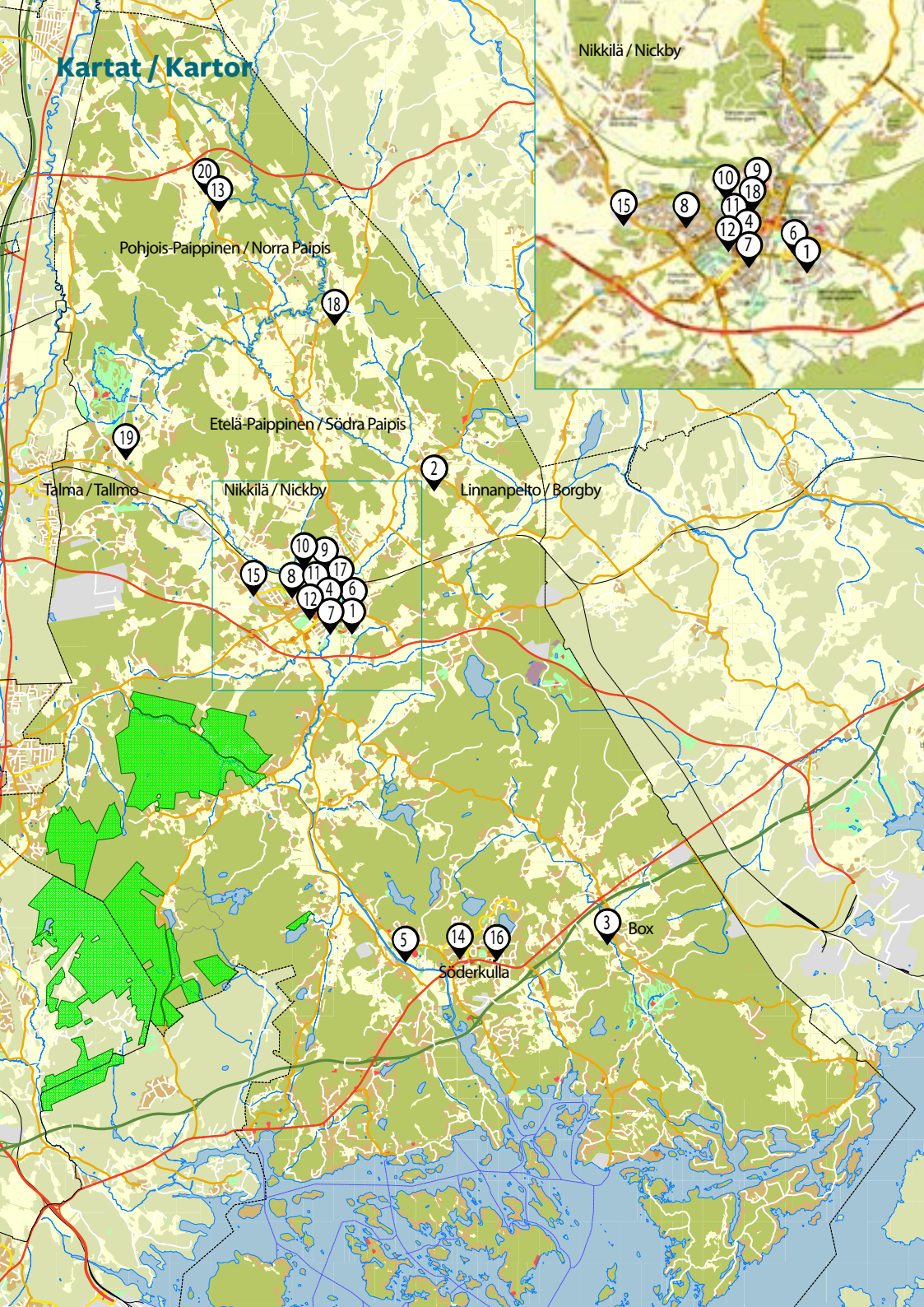
OBS! Institutet kan använda fotografier som tagits av studerandearbeten i sin marknadsföring.

Seuraa meitä! / Följ oss!

@Sipoonopisto @Sipoon opisto - Sibbo institut



Kartat / Kartor



Meidän toimipaikkamme

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

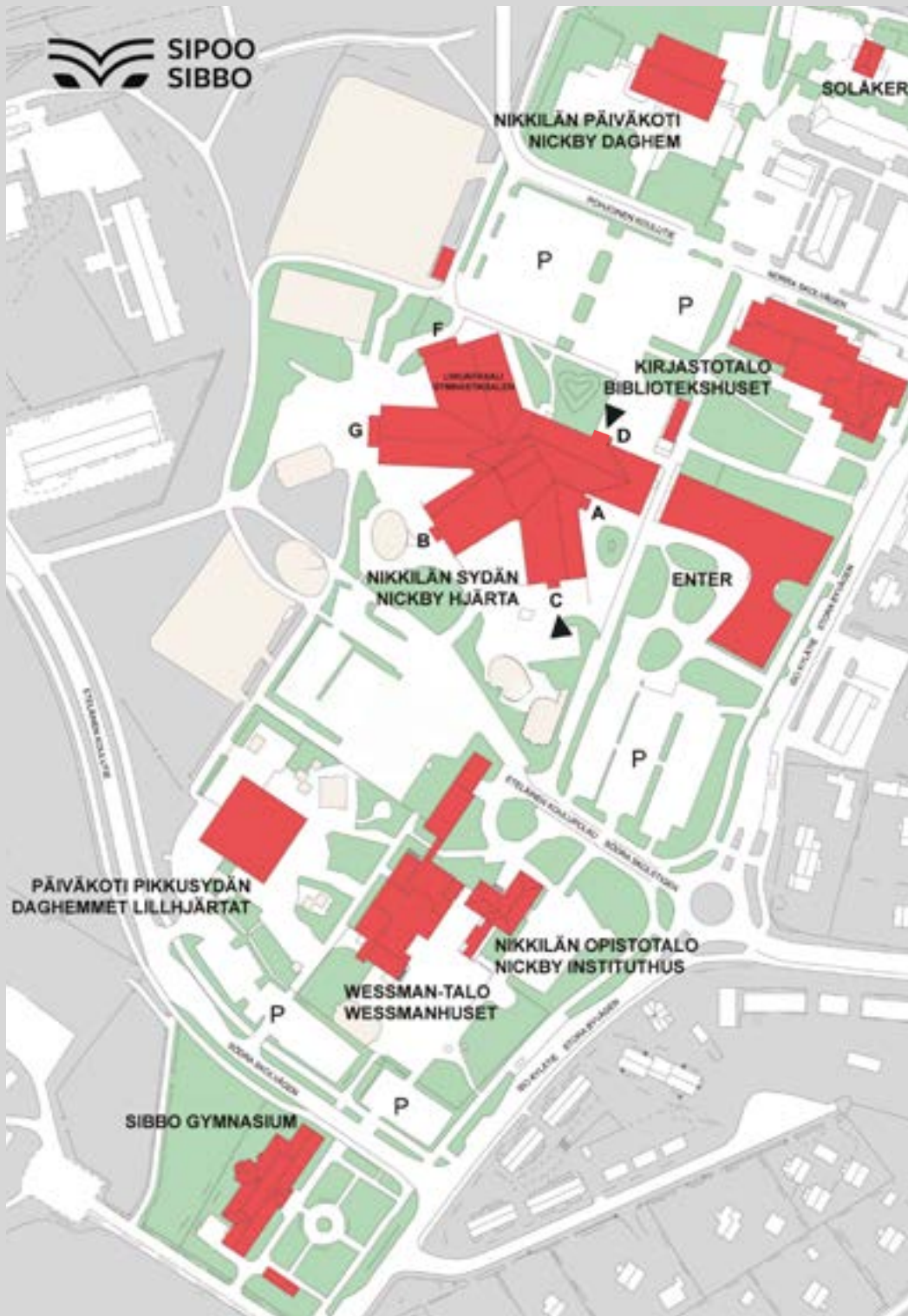
Våra verksamhetsställen

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



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

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



NIKKILÄN KULTTUURI- JA SIVISTYSKESKUS NICKBY KULTUR- OCH BILDNINGS CENTRUM

SAVUTON KUNTA - RÖKFRI KOMMUN

Soläker

Nikkilän päiväkoti | Nickby daghem

Kirjastotalo | Bibliotekshuset

- SipooInfo Nikkilä | SibboInfo Nickby
- Pääkirjasto | Huvudbibliotek
- Topeliussali | Topeliussalen

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta

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

Enter

- Sipoon lukio
- Keuda Sipoo

Liikuntasali | Gymnastiksalen

Päiväkoti Pikkusydän | Daghemmet Lillhjärtat

Wessman-talo | Wessmanhuset

- Nuorkka | Unkan
- Nuorisopalvelut | Ungdomstjänster

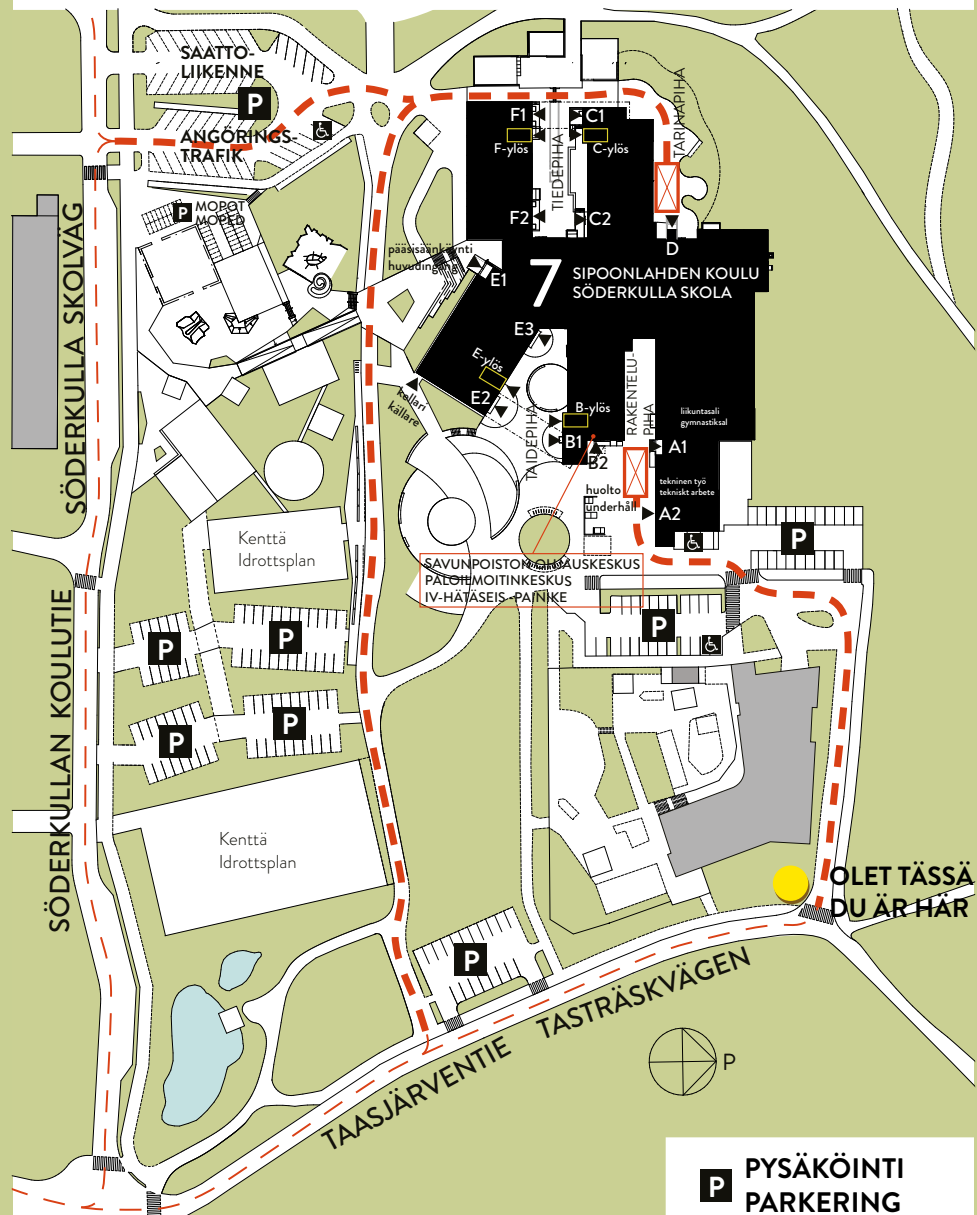
Nikkilän opistotalo | Nickby instituthus

- Sipoon opisto | Sibbo institut
- Työllisyyspalvelut | Sysselsättningstjänster

Sibbo gymnasium

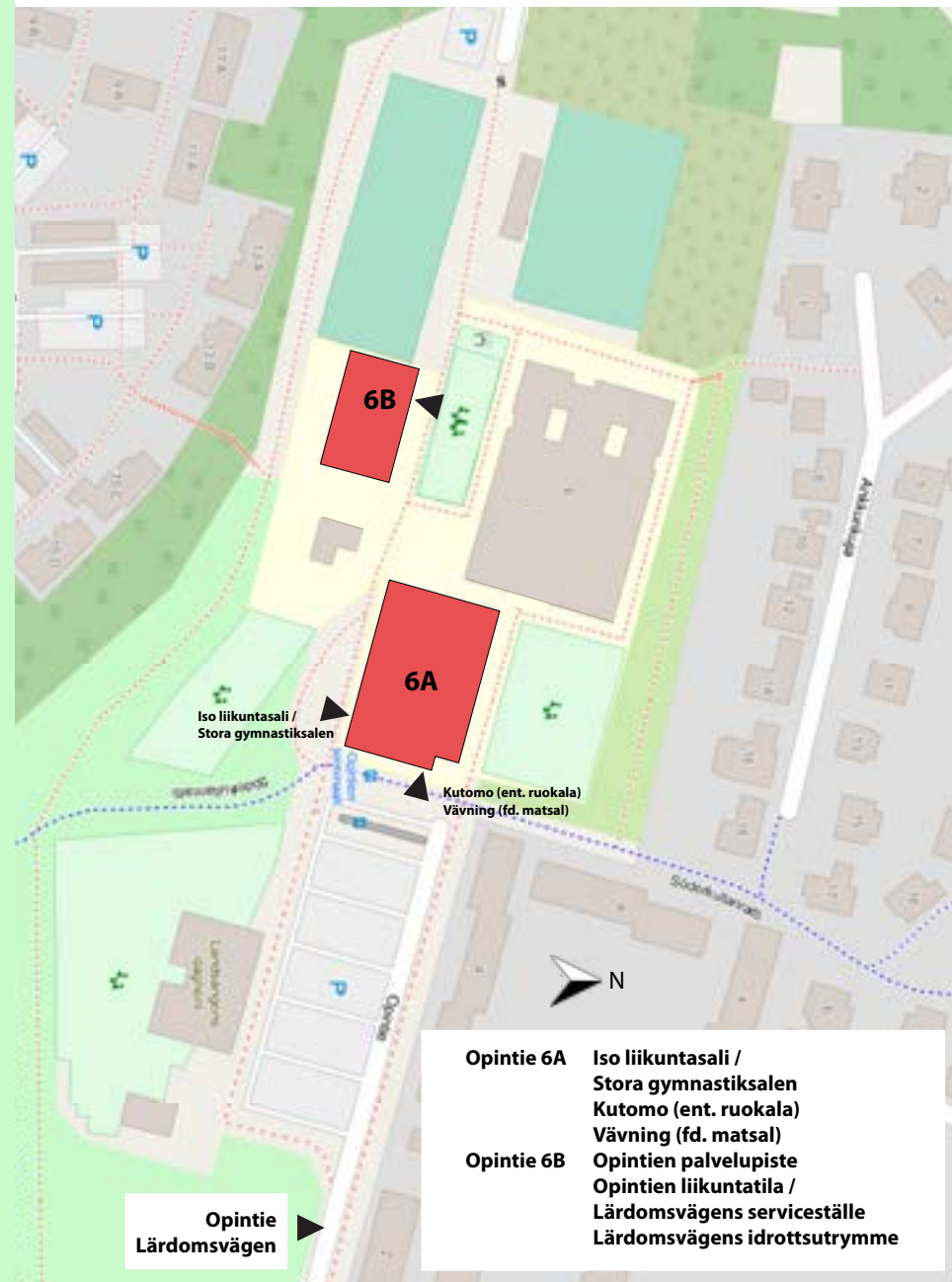


MIILIN ALUE - MIILIOMRÅDET



PELASTUSTIE
RÄDDNINGSVÄG
NOSTO-PAIKKA
UPPSTÄLLNINGSPÅS
P PYSÄKÖINTI PARKERING
PORRASKÄYTÄVÄ TRAPPHUS

OPINTIEN ALUE LÄRDOMSVÄGENS OMRÅDET



Opintie
Lärdomsvägen

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



Musiikki | Musik

Kuorot ja yhteislaulu | Körer och allsång

Ilmoittautuminen koko lukuvuodeksi.
Anmälning för hela läsåret.

Sibbo Sångarbröder

Gymnasiet juhlasali | festsalen
Martin Segerstråle
Mån. 18.30–21.00
11120 8.9.–24.11.2025, 12.1.–30.3.2026,
106,00 €

Hevilaulua aloittelijoille

Nikkilän opistotalo, mus. lk. |
Nickby institutthuset, mus.kl.
Aleksi Parviainen
Ma 17.30–19.00
11140 8.9.–24.11.2025, 12.1.–30.3.2026,
70,00 €

Hevilaulu – jatkokurssi

Nikkilän opistotalo, mus. lk. |
Nickby institutthuset, mus.kl.
Aleksi Parviainen
Ma 19.15–20.45
11141 8.9.–24.11.2025, 12.1.–30.3.2026,
70,00 €

Choralla kör för alla – kuoro kaikille

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D117
Theresa Laurikka
Ti | Tis. 18.00–19.30
11200 9.9.–25.11.2025, 13.1.–31.3.2026,
70,00 €

Choralla, kuoroviikonloppu | körveckoslut

Nikkilän opistotalo, mus. lk. |
Nickby institutthuset, mus.kl.
Theresa Laurikka
Su | Sön. 11.00–16.00
11201 16.11.2025, 30,00 €
11202 22.3.2026, 30,00 €

Sipoon Sointu

Gymnasiet juhlasali | festsalen
Emma Kuntsi
Ti 18.00–20.30
11220 9.9.–24.11.2025, 13.1.–31.3.2026,
106,00 €

Box sångkör

Boxby skola
Patricia Lindström
Ons. 19.00–21.00
11300 10.9.–26.11.2025, 14.1.–1.4.2026,
90,00 €

Yhteislaulu senioreille

Nikkilän opistotalo, mus. lk. |
Nickby institutthuset, mus.kl.
Emma Kuntsi
Ke 11.30–13.00
11340 10.9.–26.11.2025, 14.1.–1.4.2026,
70,00 €

Östersundom sångkör

Söderkulla, kirkko | kyrka
Sofia Lindroos
Tors. 17.30–19.45
11400 4.9.–20.11.2025, 15.1.–9.4.2026,
106,00 €

Östersundom sångkör, körläger

Träskberga
Sofia Lindroos
Lör. 10.00–15.00
11401 27.9.2025, 30,00 €
11402 14.3.2026, 30,00 €

Roostaggarna

Palvelutalo | Servicehuset Linda
Camilla Wiksten-Rönnebacka
Tors. 15.30–17.00
11410 11.9.–27.11.2025, 15.1.–9.4.2026,
70,00 €

Sibbo vokalensemble

Artborg 35
Su | Sön. 18.15–20.15
11700 14.9.–30.11.2025, 11.1.–12.4.2026, 90,00 €

Sibbo vokalensemble, körläger

Artborg 35
Lör. 10.00–15.00, sön. 11.00–16.00
11701 6.–7.9.2025, 42,00 €

Naiskuoro Lux Aurea | Damkören Lux Aurea

Gymnasiet juhlasali | festsalen
Martin Segerstråle
Su | Sön. 17.00–19.30
11740 14.9.–30.11.2025, 11.1.–12.4.2026,
106,00 €

Naiskuoro Lux Aurean kuoroleiri | Damkören Lux Aurea körläger

Gymnasiet juhlasali | festsalen
Martin Segerstråle
La | Lör. 11.00–17.00
11741 25.10.2025, 25,00 €
11742 14.3.2026, 25,00 €

Laulun kesäkurssi | Sommarkurs i sång

Gymnasiet juhlasali | festsalen
Maria Bajjars-Salakka
Ma | Mån. – Pe | Fre. 10.00–14.15
11790 1.–5.6.2026, 120,00 €

Yksinlaulu | Solosång

Osalle yksinlauluopetusta ilmoittaudutaan
koko lukuvuodeksi ja osalle syys- ja kevätlu-
kkausille erikseen.
För en del solosångkurser anmäler man sig
för hela läsåret och för en del separat för
höst- och vårterminerna.

Yksinlaulu

Lukkarin koulun musiikkiluokka
Johanna Maria Syväniemi
Ma 18.30–20.00
12100 8.9.–24.11.2025, 110,00 €
12101 12.1.–30.3.2026, 110,00 €

Yksinlaulu | Solosång

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D116
Theresa Laurikka
Ma | Mån. 16.00–19.45
12140 8.9.–24.11.2025, 110,00 €
12141 12.1.–30.3.2026, 110,00 €

Yksinlaulu C | Solosång C

Gymnasiet juhlasali | festsalen
Maria Bajjars-Salakka
Ti | Tis. 15.30–19.00
12200 9.9.–25.11.2025, 110,00 €
12201 13.1.–31.3.2026, 110,00 €

Laulukurssi

Lukkari koulun musiikkiluokka
Johanna Maria Syväniemi
Ke 18.15–19.45
12300 10.9.–26.11.2025, 110,00 €
12302 14.1.–1.4.2026, 110,00 €

Keväisten laulujen kurssi

Lukkarin koulu, musiikkiluokka
Johanna Maria Syväniemi
Ke 18.15–20.15
12308 15.4.–13.5.2026, 66,00 €

Pop-laulua yli 10- v. | Pop-sång över 10 år

Nikkilän opistotalo, mus. lk. |
Nickby institutthuset, mus.kl.
Päivi Hietanen
Ke | Ons. 14.30–18.30
12320 3.9.–19.11.2025, 8.1.–1.4.2026,
220,00 €

Laulukurssi

Lukkari koulun musiikkiluokka
Johanna Maria Syväniemi
To 18.00–19.30
12400 11.9.–27.11.2025, 110,00 €
12401 15.1.–9.4.2026, 110,00 €

Yksinlaulu B | Solosång B

Gymnasiet juhlasali | festsalen
Maria Baijars-Salakka
To | Tors. 15.30–19.00
12410 11.9.–27.11.2025, 110,00 €
12411 15.1.–9.4.2026, 110,00 €

Yksinlaulu | Solosång

Miili, C2123
Theresa Laurikka
To | Tors. 16.00–20.15
12420 11.9.–27.11.2025 110,00 €
12421 15.1.–9.4.2026, 110,00 €

Kosketinsoittimet

Ilmoittautuminen koko lukuvuodeksi.
Anmälning för hela läsåret.

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

Miili, D2011
Päivi Hietanen
Ma | Mån. 15.00–21.00
13100 1.9.–17.11.2025, 12.1.–30.3.2026,
220,00 €

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

Miili, D2011
Päivi Hietanen
Ti | Tis. 15.00–17.00
13200 2.9.–18.11.2025, 13.1.–31.3.2026,
220,00 €

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

Boxby skola
Päivi Hietanen
Ti | Tis. 18.00–21.00
13210 2.9.–18.11.2025, 13.1.–31.3.2026,
220,00 €

Piano

Gymnasiet juhlasali | festsalen
Maria Baijars-Salakka
Ke | Ons. 15.30–19.00
13300 10.9.–26.11.2025, 14.1.–1.4.2026,
220,00 €

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

Nikkilän opistotalo, mus. lk. |
Nickby institutthuset, mus.kl.
Päivi Hietanen
Ke | Ons. 19.00–21.00
13310 3.9.–19.11.2025, 7.1.–25.3.2026,
220,00 €

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

Nikkilän opistotalo, mus. lk. |
Nickby institutthuset, mus.kl.
Päivi Hietanen
To | Tors. 19.00–21.00
13400 4.9.–20.11.2025, 8.1.–26.3.2026,
220,00 €

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

Nikkilän opistotalo, mus. lk. |
Nickby institutthuset, mus.kl.
Päivi Hietanen
To | Tors. 14.30–18.30
13410 4.9.–20.11.2025, 8.1.–26.3.2026,
220,00 €

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

Miili, D2011
Päivi Hietanen
Pe | Fre. 15.00–17.00
13500 5.9.–21.11.2025, 9.1.–27.3.2026,
220,00 €

Kielisoittimet

Kitaran yksityisopetukseen ja ukulele-klubiin ilmoittaudutaan koko lukuvuodeksi.

Kitara, yksityisopetus

Miili, D2008
Jaakko Järvinen
Ma 15.30–18.30
14100 8.9.–24.11.2025, 12.1.–8.4.2026,
220,00 €

Kitara, yksityisopetus

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C104
Jaakko Järvinen
Ti 15.30–19.00
14200 9.9.–25.11.2025, 13.1.–31.3.2026,
220,00 €

Kitara, yksityisopetus

Miili, D2008
Jaakko Järvinen
Ke 15.30–18.00
14300 10.9.–26.11.2025, 14.1.–1.4.2026,
220,00 €

Kitara, yksityisopetus

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C107
Jaakko Järvinen
To 15.30–19.00
14400 11.9.–27.11.2025, 15.1.–9.4.2026,
220,00 €

Kitara, yksityisopetus

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C104
Jaakko Järvinen
Pe 15.30–18.00
14500 12.9.–28.11.2025, 16.1.–10.4.2026,
220,00 €

Viulun- ja alttoviulun yksityisopetus

Nikkilän opistotalo, mus. lk. |
Nickby institutthuset, mus.kl.
Liisa Karhu-Pearlman
Pe 12.00–20.00
14520 12.9.–28.11.2025, 16.1.–10.4.2026,
220,00 €

Lilla Villanin ukulele-klubi, ryhmäopetus

Lilla Villan
Juha Mäki
La 10.00–13.15
14600 27.9.–25.10.2025, 20.1.–21.3.2026,
42,00 €
Joka neljäs viikko.
Var fjärde vecka.

Kantele kaverina, viisikielinen kantele, ryhmäopetus

Nikkilän opistotalo, mus. lk. |
Nickby institutthuset, mus.kl.
Aurora Visa
La 10.00–13.15
14610 27.9.2025, 24,00 €
14611 14.2.2026, 24,00 €



Kursseilla ei ole ilmaisia kokeilukertoja. Ilmoittautumalla sitoudut mak samaan kurssimaksun.

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

Kantele kaverina, 10–15-kielinen kantele, ryhmäopetus

Nikkilän opistotalo, mus. lk. | Nickby institut, mus.kl.

Aurora Visa

La 13.30–16.45

14620 27.9.2025 24,00 €

14621 14.2.2026, 24,00 €

Muut musiikin kurssit | Övriga musikkurser

Rumpujensoitto, yksityisopetus

Nikkilän opistotalo, mus. lk. | Nickby institut, mus.kl.

Janne Petteri Mathlin

Ti 14.30–21.00

15200 9.9.–30.11.2025, 12.1.–31.3.2026,

220,00 €

Vaskimusiikkia | Hornmusik, ryhmäopetus | gruppundervisning

Boxby skola

Anders Hindsberg

To | Tors. 18.30–20.30

16400 11.9.–27.11.2025, 15.1.–9.4.2026, 90,00 €

Pelimannimusiikki | Spelmansmusik, ryhmäopetus | gruppundervisning

Boxby skola

Eeva-Liisa Hannu

Ma | Mån. 18.00–19.30

17100 8.9.–24.11.2025, 12.1.–30.3.2026,

70,00 €

Harmonikansoitto, ryhmäopetus

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D117

Elise Valin-Raki

Ke 18.00–20.30

17300 10.9.–26.11.2025, 14.1.–1.4.2026,

220,00 €

Musiikinteoria, alkeet

Iso kylätie 8 | Stora byvägen 8

Theresa Laurikka

La 10.00–12.00

18650 27.9.–4.10.2025, 32,00 €

Rytimusiikin bändikurssi – Sipoo Jazz band

Nikkilän opistotalo, mus.lk. 2. krs |

Nickby institut, mus.kl. 2 vån.

To 18.30–20.00

19401 11.9.–27.11.2025, 1.1.–26.3.2026, 70,00 €

**Kontakta oss:
sibbo.institut@sibbo.fi**

**TIPS,
ÖNSKEMÅL,
FRÅGOR,
KRITIK?**



Kuvataiteet | Bildkonst

**Piirustus ja maalaus |
Teckning och målning**

Pääsääntöisesti maalauskurssille hankitaan itse materiaalit. Materiaalimaksu sisältyy kurssin hintaan, jos siitä mainitaan erikseen.
Till målningskurserna skaffar man i regel själv material. Materialavgiften ingår i kurspriset om det nämns separat.

Maalaustyöpaja | Måleriverkstad

Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning

Erik Creutziger

Ma | Mån. 18.00–21.15

21110 8.9.–24.11.2025, 70,00 €

21111 12.1.–30.3.2026, 70,00 €

**Maalaustyöpaja päivällä |
Måleriverkstad dagtid**

Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning

Arno Westerberg

Ti | Tis. 12.30–15.45

21210 8.9.–25.11.2025, 70,00 €

21221 13.1.–31.3.2026, 70,00 €

Kuvataidepaja

Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning

Maaretta Krohn

Ke 17.30–20.45

21310 10.9.–26.11.2025, 70,00 €

21311 14.1.–1.4.2026, 70,00 €

Kuvataidepajan jatkot

Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning

Maaretta Krohn

Ke 17.30–20.45

21312 15.4.–6.5.2026, 56,00 €

Kuvataide päiväkurssi

Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning

Maaretta Krohn

To 11.00–14.15

21410 11.9.–27.11.2025, 70,00 €

21411 15.1.–9.4.2026, 70,00 €

Kuvataide päiväkurssin jatkot

Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning

Maaretta Krohn

To 11.00–14.15

21412 16.4.–7.5.2026, 56,00 €

Temperamaalaus

Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning
Maaretta Krohn
To 17.30–20.45
21420 11.9.–27.11.2025, 90,00 €
21421 15.1.–9.4.2026, 90,00 €
Kurssihintaan sisältyy materiaalimaksu 20 €.

Asetelma nykytaiteen keinoin |

En installation med samtidskonstens medel

Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning
Annikka Brandt
Pe | Fre. 17.00–21.00, La | Lör. 10.00–15.00
21512 21.–22.11.2025, 42,00 €
Kurssin hintaan sisältyvät akryylivärit ja akvarellipaperit (9 €). | I kurspriset ingår akrylfärger och akvarellpapper (9 €).

Perjantaimaalaus

Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning
Leena Saarikivi
Pe 18.00–20.30
21510 12.9.–5.12.2025 53,00 €
21511 16.1.–10.4.2026 53,00 €

Akvarellimaalaus

Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning
Mira Caselius
La ja su 10.00–15.00
21560 20.–21.9.2025, 42,00 €
21561 7.–8.3.2026, 42,00 €

Maalaan musiikkia

Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning
Maaretta Krohn
La ja su 10.00–16.00
21610 18.–19.10.2025, 49,00 €
21612 7.–8.2.2026, 49,00 €

Elävän mallin piirustus | Modellteckning

Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning
Erik Creutziger
La ja su | Lör. och sön. 10.00–16.00
21620 4.–5.10.2025, 70,00 €
21621 21.–22.3.2026, 70,00 €

Luonnonvärit kuvataiteessa

Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Virpi Vihervuori
La ja su 10.00–15.00
21651 15.–16.11.2025 49,00 €
Kurssihintaan sisältyy materiaalimaksu 7 €.

Kiinalainen maalaustaide ja kalligrafia |

Kinesiskt måleri och kalligrafi

Sininen halli, maalaus | Blåa hallen, målning
Liuhuo Wang
Su | Sön. 12.00–18.00
21700 14.9.–23.11.2025, 67,00 €
21701 15.2.–26.4.2026, 67,00 €
joka toinen viikko | varannan vecka

Grafiikka | Grafik

Taidegrafiikka | Konstgrafik

Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, allmänklass
Ritva Sirjala
To | Tors. 17.30–20.45
22400 11.9.–27.11.2025, 70,00 €
22401 15.1.–9.4.2026, 70,00 €
Materiaalimaksu maksetaan opettajalle. |
Materialavgiften betalas till läraren.



Monotypia, opintopistekurssi (0,5 op) | Monotypi, studiepoängkurs (0,5 sp)

Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, allmänklass
Ritva Sirjala
Pe | Fre. 18.00–21.15, La | Lör. 10.00–15.00
22410 19.–20.9.2025, 35,00 €
22411 13.–14.3.2026, 35,00 €
Materiaalimaksu maksetaan opettajalle.
Materialavgiften betalas till läraren.



Grafiikan syövytysmenetelmät, opintopistekurssi (1 op)

Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, allmänklass
Mari Hallapuro
Ma | Män. 10.00–15.00
22420 15.9.–6.10.2025, 64,00 €
Kurssihintaan sisältyy materiaalimaksu 25 €.



Grafiikan syövytysmenetelmät, erikoistekniikat opintopistekurssi (1 op)

Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, allmänklass
Mari Hallapuro
Ma | Män. 10.00–15.00
22422 3.–24.11.2025, 64,00 €
Kurssihintaan sisältyy materiaalimaksu 25 €

Kartonkigrafiikka

Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, allmänklass
Virpi Vihervuori
La ja su 10.00–15.00
22650 4.–5.10.2025, 54,00 €
Kurssihintaan sisältyy materiaalimaksu 12 €.

Keramiikka | Keramik

Keramiikan kurseille pääsääntöisesti hankitaan itse savi ja lasitteet opettajan ohjauksessa. Poikkeukset on mainittu kurssin jälkeen. Kevään lyhyille jatkokursseille pitää hankkia savi jo ensimmäiselle kerralle. | Till keramikkurserna skaffar man i regel själv lera och glasyrer under lärarens handledning. Undantag nämns efter kursen. Till vårens korta fortsättningskurser måste man skaffa lera redan till första gången.

Keramiikan päiväkurssi

Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Jenna Meyer-Virkajärvi
Ma 13.45–17.00
23110 8.9.–17.11.2025, 70,00 €
23111 12.1.–23.3.2026, 70,00 €

Keramiikan jatkokurssi

Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Jenna Meyer-Virkajärvi
Ma 17.00–20.15
23115 8.9.–20.11.2025, 12.1.–23.3.2026, 140,00 €

Keramiikan jatkokurssin jatkot

Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Jenna Meyer-Virkajärvi
Ma 17.00–20.45
23141 13.4.–4.5.2026, 56,00 €

Söderkullan keramiikka

Miili, D2017
Jaana Kiviluoma
Ti 16.00–19.15
23210 9.9.–25.11.2025, 70,00 €
23211 13.1.–31.3.2026, 70,00 €

Keramiikka | Keramik

Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Linda Öhman
Ti | Tis. 17.45–21.00
23230 9.9.–25.11.2025, 70,00 €
23231 13.1.–31.3.2026, 70,00 €

Keramiikan lyhytkurssi | Keramik kortkurs

Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Linda Öhman
Ti | Tis. 17.45–21.00
23240 5.5.–26.5.2026, 56,00 €

Jouluinen perhekeramiikkapaja | Julinspirerad familjekeramikverkstad

Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Linda Öhman
Ke | Ons. 17.45–21.00 | 20.15
23320 12.11.–10.12.2025, 58,00 €
Kurssihintaan sisältyy materiaalimaksu 10 €. Aikuinen ja lapsi -kurseille ilmoitetaan lapsi osallistujaksi ja vanhempi maksajan kenttään. Hinta sisältää yhden aikuisen ja yhden lapsen. | Kurspriset inkluderar materialavgiften 10 €. Anmäl barnet och sätt vuxnas namn som betalare. Priset innehåller ett barn och en vuxen

Perhekeramiikkapaja pääsiäisen aikaan | Familjekeramikverkstad under påsktiden

Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Linda Öhman
Ke | Ons. 17.45–21.00 | 20.15
23321 25.2.–18.3.2026, 58,00 €
Kurssihintaan sisältyy materiaalimaksu 10 €. Aikuinen ja lapsi -kurseille ilmoitetaan lapsi osallistujaksi ja vanhempi maksajan kenttään. Hinta sisältää yhden aikuisen ja yhden lapsen. | Kurspriset inkluderar materialavgiften 10 €. Anmäl barnet och sätt vuxnas namn som betalare. Priset innehåller ett barn och en vuxen.

Keramiikan jatkokurssi | Keramik fortsättningskurs

Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Linda Öhman
Ke | Ons. 17.45–21.00
23322 6.5.–27.5.2026, 56,00 €

Keramiikkapaja

Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Jaana Kiviluoma
Ke 10.00–13.15
23350 10.9.–26.11.2025, 70,00 €
23351 14.1.–1.4.2026, 70,00 €

Keraaminen pienoisveistos kipsimallista ja elävästä mallista

Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Jenna Meyer-Virkajärvi
Ke 17.00–20.15, su 11.00–16.00
23360 10.9.–15.10.2025, 111,00 €
23361 10.1.–18.2.2026, 111,00 €
Kurssihintaan sisältyy materiaalimaksu 15 €.

Otuskurssi

Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Jenna Meyer-Virkajärvi
Ke 17.00–20.15 / Ke 17.00–19.30
23363 19.–26.11.2025, 30,00 €
23364 4.–11.3.2026, 30,00
Kurssihintaan sisältyy materiaalimaksu 5 €.

Keramiikan jatkokurssi

Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Jenna Meyer-Virkajärvi
To 17.00–20.15
23410 11.9.–21.11.2025, 15.1.–26.3.2026,
140,00 €

Keramiikan jatkokurssin jatkot

Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Jenna Meyer-Virkajärvi
To 17.00–20.45
23411 9.4.–7.5.2026, 56,00 €

Keramiikkaa ja veistoksia

Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Jenna Meyer-Virkajärvi
To 13.45–17.00
23422 11.9.–20.11.2025, 15.1.–26.3.2026,
140,00 €

Grafiikkaa keramiikalle

Sininen halli, keramiikka | Blåa hallen, keramik
Jenna Meyer-Virkajärvi
Pe 16.45–21.00, La 10.00–17.00
23560 17.–18.4.2026, 70,00 €
Kurssihintaan sisältyy materiaalimaksu 25 €.

Valokuvaus | Fotografering

Mustavalkokuvien vedostaminen

Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, allmänklass
Pirjo Pentti
Ti 17.30–20.00
24200 28.10.–11.11.2025, 45,00 €
24201 27.1.–10.2.2026, 45,00 €
Kurssihintaan sisältyy materiaalimaksu 13 €.

Syanotypia

Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, allmänklass
Pirjo Pentti
Pe 17.30–20.45, La 10.00–15.00
24611 27.–28.2.2026, 45,00 €
Kurssihintaan sisältyy materiaalimaksu 10 €.

Muut kuvataiteen kurssit | Övriga bildkonst kurs

Avaudu elämälle – ratkaisukeskeinen taideterapiakurssi

Nikkilän opistotalo, yleisluokka 2. krs |
Nickby institutthuset, allmänklass 2 vån.
Tiina Nevanperä
Ma 18.00–19.30
29110 8.9.–24.11.2025, 35,00

Taidepäiväkirja ja luova päiväkirjatyöskentely

Nikkilän opistotalo, yleisluokka 2. krs |
Nickby institutthuset, allmänklass 2 vån.
Tiina Nevanperä
Ma 18.00–20.00
29131 12.1.–23.2.2026, 45,00 €

Tunteet voimavaroiksi – voimavaroja ja uudistumista taideterapeuttisin menetelmin

Nikkilän opistotalo, teorialuokka 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen 1 vån.
Tiina Nevanperä
La ja su 10.00–16.00
29610 15.–16.11.2025, 49,00 €

Elämä käännekohtadassa – taideterapiasta apua kriisistä toipumiseen

Nikkilän opistotalo, teorialuokka 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen 1 vån.
Tiina Nevanperä
La ja su 10.00–16.00
29620 7.–8.3.2026, 49,00 €

Meditatiivinen maalaus-viikonloppukurssi

Sininen halli, yleisluokka |
Blåa hallen, allmänklass
Leena Junnila
La ja su 10.00–15.00
29630 6.–7.9.2025, 42,00 €
29631 23.–24.5.2026, 42,00 €
Materiaalimaksu maksetaan opettajalle.

Valokuva ja esine – kokeilevaa kuvansiirtoa

Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, allmänklass
Ida Tomminen
La ja su 10.00–15.00
29690 13.–14.9.2025, 47,00 €
Kurssihintaan sisältyy materiaalimaksu 5 €.



Kädentaidot | Hantverk

Kudonta | Vävning

Kudontaryhmissä suunnitellaan ja rakennetaan yhteisloimiin erilaisia töitä osallistujien toiveiden mukaisesti. Kurssihinnat vaihtelevat eri ryhmissä riippuen siitä, miten monta kertaa lukukauden aikana opettaja on paikalla. Kankaiden suunnittelu ja rakensäminen sekä kudonnan aloitus tapahtuu kurssikokoontumisissa. Varsinainen kudonta tapahtuu omalla ajalla, joten varaathan siihen aikaa omalla kudontavuorollasi. Kursilla voi kutoa mm. erilaisia kodin tekstiilejä, mattoja, kaitaliinoja, huopia ja huiveja. Keväällä Nikkilän ja Söderkullan ryhmissä voi kutoa huhtikuun loppuun asti, sen jälkeen voi ilmoittautua kesäkurssille heinäkuun loppuun asti.

Jos saamme tilan Talman kudonnalle syksyllä 2025, siitä ilmoitetaan opiston kotisivujen Ajankohtaista-osiossa, Facebookissa, Instagramissa, Opistoblogissa ja HelleWissä.

Vi planerar och sätter tillsammans upp olika vävar enligt deltagarnas önskemål. Kursavgiften varierar i olika grupper beroende på hur många gånger läraren är närvarande under terminen. Planeringen och byggan-

det av tygerna samt inledandet av vävningen sker under kursgångerna. Själva vävningen sker på egen tid, så reservera tid för detta under den vävningstid. Du kan under kursen väva t.ex. olika textilier till hemmet, mattor, dukar, filter eller scarfor. På varen kan man väva i grupperna i Nickby och Söderkulla fram till slutet av april, därefter kan man anmäla sig till sommarkursen fram till slutet av juli.

Om vi får utrymme till Tallmo vävningen, informerar vi på våra hemsidor under Aktuell, Facebook, Instagram, Institutblogg samt i HelleWi.

Kudonta | Vävning

Norra Paipis, Widegård
Sirkka Soinio
Ma | Mån. 17.30–20.00
31110 8.9.–3.11.2025, 44,00 €
31111 26.1.–23.3.2026, 44,00 €

Kudonta | Vävning

Nikkilän opistotalon kutomo |
Nickby institutthuset vävning
Sirkka Soinio
Ti | Tis. 17.30–20.00
31200 2.9.–18.11.2025, 63,00 €
31201 13.1.–7.4.2026, 63,00 €

Kudonta | Vävning

Opintien ruokala 6 A | Lärdomsvägens matsal 6 A
Sirkka Soinio
Ke | Ons. 17.30–20.00
31300 3.9.–19.11.2025, 63,00 €
31301 14.1.–8.4.2026, 63,00 €

Kudotaan pirtakangaspuilla huivi

Opintien ruokala 6 A | Lärdomsvägens matsal 6 A
Pirjo Pentti
Ma | Män. 17.30–20.00
31400 6.10.–3.11.2025, 28,00 €
Joka toinen viikko.

Kudotaan pirtakangaspuilla

Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, allmänklass
Pirjo Pentti
Ma | Män. 10.00–12.30
31401 9.2.–9.3.2026, 28,00 €
Joka toinen viikko.

Ompelu | Sömnad

Ompelukurssi

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D307
Marjo Tani
Ti 18.00–20.30
32210 9.9.–25.11.2025, 53,00 €
32211 13.1.–31.3.2026, 53,00 €

Ompelun jatkokurssi

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D307
Marjo Tani
Ti 18.00–20.30
32212 14.4.–5.5.2026, 42,00 €

Ompele sisustustyyyny

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D307
Jenni Karjalainen
Ke 17.30–20.45
32310 1.10.2025, 24,00 €

Korjausompelu

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D307
Jenni Karjalainen
Ke 17.30–20.45
32311 8.10.–5.11.2025, 42,00 €

Ompele pussukoita ja kasseja

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D307
Jenni Karjalainen
Pe 17.30–20.45, su 10.00–15.00
32512 14.–16.11.2025, 35,00 €

Ompele kuukautisalusousut

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D307
Jenni Karjalainen
Ke 17.30–19.00, Pe 17.30–20.45, Su 10.00–15.00
32313 21.1.–7.2.2026, 42,00 €

Ommellaan trikoo- ja collegevaatteita

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D307
Jenni Karjalainen
Ke 17.30–20.00
32314 25.2.–18.3.2026, 42,00 €

Keskeneräiset ompelutyöt valmiiksi

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D307
Jenni Karjalainen
Su 10.00–16.00
32415 29.3.2026, 25,00 €

Joulun ompelunanit

Opintien ruokala 6 A | Lärdomsvägens matsal 6 A
Marjo Tani
La 15.00–22.00
32610 22.11.2025, 28,00 €

Kevään ompelunanit | Vårens sömnads-LAN

Opintien ruokala 6 A | Lärdomsvägens matsal 6 A
Marjo Tani
La | Lör. 15.00–22.00
32611 11.4.2026, 28,00 €

Lankatyöt | Garnarbeten

Puikkopiiri | Sticka och virka

Söderkullan kirjasto, kokoushuone |
Söderkulla bibliotek, mötesrummet
Susanne Nybäck
Ma | Män. 17.30–20.00
33160 8.9.–1.12.2025, 33,00 €
33161 12.1.–30.3.2026, 33,00 €

Sipoo-neulesetin asusteet

Opintien ruokala 6 A | Lärdomsvägens matsal 6 A
Maija Turunen
Ti 18.00–20.15
33200 23.9.–4.11.2025, 42,00 €
joka toinen viikko

Nypläys | Knyppling

Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, allmänklass
Vivan Rosenström
Ke | Ons. 18.00–20.30
33330 10.9.–26.11.2025, 53,00 €
33331 14.1.–1.4.2026, 53,00 €

Islantilainen kaarrokeneule

Opintien ruokala 6 A | Lärdomsvägens matsal 6 A
Marjo Tani
Ke 18.00–20.00
33333 14.1.–11.3.2026, 45,00 €

Käsityökahvila

Nikkilän opistotalo, teorialuokka 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen 1 vän.
Jaana Kiviluoma
To 13.00–16.15
33400 11.9.–4.12.2025, 45,00 €
33401 15.1.–9.4.2026, 45,00 €
Joka toinen viikko.

Sipoo-neulesetin kaarrokeneule

Nikkilän opistotalo, teorialuokka 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen 1 vän.
Maija Turunen
To 18.00–20.15
33420 9.10.–20.11.2025, 42,00 €
Joka toinen viikko.

Kantapään kautta

Opintien ruokala 6 A | Lärdomsvägens matsal 6 A
Marjo Tani
To 18.00–20.00
33440 9.–23.10.2025, 27,00 €

Luovaa kirjontaa

Opintien ruokala 6 A | Lärdomsvägens matsal 6 A
Pirjo Pentti
To | Tors. 17.30–20.00
33450 13.11.–4.12.2025, 42,00 €

Kehruukurssi

Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, allmänklass
Kirsi Kostamo
La ja su 10.00–16.00
33620 15.–16.11.2025, 49,00 €
33621 31.1.–1.2.2026, 49,00 €

Spiraalipunonta

Nikkilän opistotalo, teorialuokka 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen 1 vän.
Jenni Karjalainen
Su 10.00–16.00
33780 1.2.2026, 25,00 €

Mosaiikkivirkkaus

Nikkilän opistotalo, teorialuokka 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen 1 vän.
Henni Siltanen
Su 10.00–15.00
33700 21.9.–5.10.2025, 42,00 €
joka toinen viikko

Puu- ja metallityöt | Tre- och metallslöjd

Omin käsin puusta ja metallista

Miili, A1063, käsityöluokka | slöjdsal
Pietti Haapala
Ti 17.30–20.45
35200 9.9.–25.11.2025, 70,00 €
35201 13.1.–31.3.2026, 70,00 €

Puu- ja metallityökurssi

Miili, A1063, käsityöluokka | slöjdsal
Kaj Sojakka
To 17.30–20.45
35400 11.9.–27.11.2025, 70,00 €
35401 15.1.–9.4.2026, 70,00 €

Tee oma puukko | Gör din kniv själv

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D129
Isak Poutanen
To | Tors. 18.00–21.15
35460 11.9.–27.11.2025, 70,00 €
35461 15.1.–9.4.2026, 70,00 €

Keittiöveitsi | Kökskniv

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D129
Isak Poutanen
Pe | Fre. 18.00–19.45 | 21.15, La ja su | Lör och sön. 10.00–16.00
35650 7.–23.11.2025, 70,00 €

Puukko | Brukskniv

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D129
Isak Poutanen
Pe | Fre. 18.00–21.15, La ja su | Lör och sön. 10.00–16.00
35671 10.–12.4.2026, 63,00 €

Linkkari | Fällkniv

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, D129
Isak Poutanen
Pe | Fre. 18.00–21.15, La ja su | Lör och sön. 10.00–16.00
35673 15.–17.5.2026, 63,00 €

Muut kädentaidon kurssit | Andra hantarbetskurs

Tiffanytekniikka ja lasin sulatus | Tiffanyteknik och glassmältning

Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, allmänklass
Lilly Karlsson
Ma | Mån. 17.45–21.00
36100 15.9.–24.11.2025, 70,00 €
36101 12.1.–23.3.2026, 70,00 €

Mosaikin mahdollisuudet

Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, allmänklass
Leena Nio
Ke 18.00–19.30, La ja su 10.00–16.00
36620 17.–28.9.2025, 56,00 €
36621 15.–26.4.2026, 56,00 €

Eritisyryhmien askartelu

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C104
Elise Valin-Raki
Ma 18.00–19.30
39150 8.9.–1.12.2025, 0,00 €
39151 12.1.–13.4.2026, 0,00 €
joka toinen viikko

Havukranssi | Kranskurs

Opintien ruokala 6 A | Lärdomsvägens matsal 6 A
Linda Öhman
Su | Sön. 11.00–14.15
39370 16.11.2025, 24,00 €
Materiaalimaksu 5 € maksetaan opettajalle. |
Materialavgiften 5 € betalas till läraren

Kesäkuu kankaaksi – Piirrä omat kuosisi®

Verkkokurssi
Elina Savolainen
ma 18.5. klo 17.30–19.00 | ma-ke –17.6. klo
10–14.15 | ma-ke 22.6–24.6. klo 10–15.15
39411 18.5.–24.6.2026, 56,00 €

Paperiaskartelu - junk journal

Sininen halli, yleisluokka | Blåa hallen, allmänklass
Ritva Sirjala
Pe | Fre. 18.00–21.15, La | Lör. 10.00–15.00
39640 24.–25.10.2025, 35,00 €

Korupaja aikuiselle ja lapselle

Nikkilän opistotalo, teorialuokka 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen 1 vån.
Solja Temmes
Su 12.00–15.15

39700 26.10.2025, 28,00 €
Aikuinen ja lapsi -kursseille ilmoitetaan lapsi osallistujaksi ja vanhempi maksajan kenttään. Hinta sisältää yhden aikuisen ja yhden lapsen. Materiaalimaksu ohjaajalle 15 €.

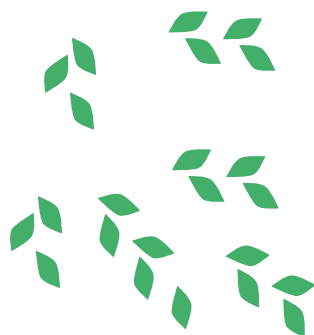
Korupaja aikuiselle ja lapselle

Opintien ruokala 6 A | Lärdomsvägens matsal 6 A
Solja Temmes
Su 12.00–15.15
39701 8.3.2026, 28,00 €
Aikuinen ja lapsi -kursseille ilmoitetaan lapsi osallistujaksi ja vanhempi maksajan kenttään. Hinta sisältää yhden aikuisen ja yhden lapsen. Materiaalimaksu ohjaajalle 15 €.

Huonekalukunnostus | Möbelreovering

Jos saamme tilan huonekalukunnostukselle syksyllä 2025, siitä ilmoitetaan opiston kotisivujen Ajankohtaista-osiossa, Facebookissa, Instagramissa, Opistoblogissa ja HelleWissä.

Om vi får utrymme till möbelreovering, informerar vi på våra hemsidor under Aktuellt, Facebook, Instagram, Institutlogg samt i HelleWi.



Kielet | Språk

Suomi | Finska

Suomen helppo keskustelukurssi A2, verkkokurssi

Antti Tapaninaho
Pe 17.00–19.15
4102 9.1.–1.4.2026, 70,00 €

Suomen alkeet 0-A1.2

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C107
Ilona Arttijeffer
Ti 18.30–20.00
4103 9.9.–25.11.2025, 13.1.–31.3.2026, 50,00 €

Suomen jatkokurssi A1.2-A1.3

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C107
Ilona Arttijeffer
Ti 16.45–18.15
4104 9.9.–25.11.2025, 13.1.–31.3.2026, 70,00 €

Ruotsi | Svenska

Roligt på svenska!

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C108
Theresa Laurikka
Ti | Tis. 16.55–17.55
4201 9.9.–25.11.2025, 13.1.–31.3.2026, 47,00 €

Englanti | Engelska

English conversation

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C104
Colum Mac Oireachtaigh
Ke | Ons. 17.15–18.45
4301 10.9.–26.11.2025, 21.1.–8.4.2026, 70,00 €

Saksa | Tyska

Diskussionsclub Deutsch, B1–B2

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C103
Nina Rauhio
To | Tors. 17.00–18.30
4401 11.9.–27.11.2025, 15.1.–9.4.2026, 70,00 €

Friska upp din skoltyska

Miili, B2019
Anna Salmensaari
Mån. 18.00–19.30
4402 8.9.–24.11.2025, 12.1.–6.4.2026, 70,00 €

Espanja | Spanska

Vi pratar om Latinamerika, kultur och fester, distansundervisning

Sheila Tackman
Su 11.30–13.00
4601 14.9.–27.11.2025, 15.1.–26.3.2026, 64,00 €

Espanjan kertaus- ja keskustelukurssi (B1)

Miili, B2028
Carina Chela
Ti 17.00–18.30
4602 9.9.–25.11.2025, 1.1.–31.3.2026, 70,00 €

Espanjan alkeiskurssi jatkaville alkeisopiskelijoille (A1)

Miili, B2028
Carina Chela
Ti 15.30–17.00
4603 9.9.–25.11.2025, 1.1.–31.3.2026, 70,00 €

Italia | Italienska

Matkailuitalian lyhytkurssi A1, opintopistekurssi (2 op)

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C104
Antti Tapaninaho
La ja su 14.00–16.30
4701 9.–17.5.2026, 42,00 €



Välimeren maiden kielet, lyhytkurssi A1, opintopistekurssi (2 op)

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C104
Antti Tapaninaho
La ja su 11.00–13.15
4702 9.–17.5.2026, 42,00 €



Italian alkeet, verkkokurssi

Antonio Di Domenico
Ke 18.40–20.10
4703 10.9.–26.11.2025, 14.1.–1.4.2026, 70,00 €

Italian kielen jatkokurssi, verkkokurssi

Antonio Di Domenico
Ke 17.00–18.30
4704 10.9.–26.11.2025, 14.1.–1.4.2026, 70,00 €

Kreikka | Gregiska

Nykykreikan kielen jatkokurssi A2.2

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C106
Evangelos Velentzas
Ma 18.30–20.00
4801 8.9.–24.11.2025, 12.1.–30.3.2026, 70,00 €

Nykykreikkaa matkailijoille, intensiivikurssi A1–A2

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C106
Evangelos Velentzas
Ma 18.30–21.00
4802 6.4.–11.5.2026, 52,00 €



KIELEN TAITOTASOT A1-C

Perustaso

- A1** Alkeistaso
Kielen perusteiden hallinta
A2 Selviytyjän taso
Sosiaalinen kanssakäyminen

Keskitaso

- B1** Kynnystaso
Selviytymisen matkoilla
B2 Osajan taso
Työelämän sujuva kielitaso

Ylin taso

- C** Taitajan taso
Monipuolinen kielellinen ilmaisu

KUNSKAPSNIVÅN I SPRÅK A1-C

Grundnivå

- A1** Nybörjarnivå
Elementära språkkunskaper
A2 Jag klarar mig
Sociala språkliga situationer

Medelnivå

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

Högsta nivå

- C** Avancerad språkanvändare
Mångsidig språkkunskap



Kotitalous ja puutarha | Huslig ekonomi och trädgård

Kukkien sidonta | Blombinding

Opettajalta voi ostaa kaiken tarvittavan materiaalin, maksu käytön mukaan n. 20–50 €.

Du kan köpa allt nödvändigt material från läraren, betalning beroende på användning ca. 20-50 €.

Syyskimppu 1

Nikkilän opistotalo, teorialuokka | Nickby institutthuset, teoriklassen
Heli Palomäki
Ke 18.00–20.00
54300 8.10.2025, 15,00 €

Sidotaan syksyinen kranssi!

Nikkilän opistotalo, teorialuokka | Nickby institutthuset, teoriklassen
Heli Palomäki
Ke 18.00–20.00
54302 22.10.2025, 15,00 €

Halloweenin kukkakurpitsa

Nikkilän opistotalo, teorialuokka | Nickby institutthuset, teoriklassen
Heli Palomäki
To 18.00–20.00
54304 30.10.2025, 15,00 €

Syyskimppu 2

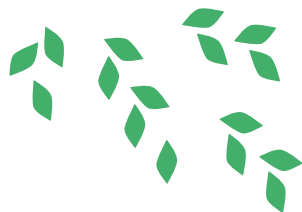
Nikkilän opistotalo, teorialuokka | Nickby institutthuset, teoriklassen
Heli Palomäki
Ke 18.00–20.00
54306 5.11.2025, 15,00 €

Syyskranssi

Nikkilän opistotalo, teorialuokka | Nickby institutthuset, teoriklassen
Heli Palomäki
Ke 18.00–20.00
54308 12.11.2025, 15,00 €

Havutonttu

Nikkilän opistotalo, teorialuokka | Nickby institutthuset, teoriklassen
Heli Palomäki
Ke 18.00–20.00
54310 3.12.2025, 15,00 €



Joulukranssi

Nikkilän opistotalo, teorialuokka |
Nickby institutthuset, teoriklassen
Heli Palomäki
Ke 18.00–20.00
54312 10.12.2025, 15,00 €

Jouluinen amarylliskimppu

Nikkilän opistotalo, teorialuokka |
Nickby institutthuset, teoriklassen
Heli Palomäki
Ke 18.00–20.00
54314 17.12.2025, 15,00 €

Kevätkimppu

Nikkilän opistotalo, teorialuokka |
Nickby institutthuset, teoriklassen
Heli Palomäki
Ke 18.00–20.00
54331 28.1.2026, 15,00 €

Ystävänäpäiväkimppu

Nikkilän opistotalo, teorialuokka |
Nickby institutthuset, teoriklassen
Heli Palomäki
To 18.00–20.00
54333 12.2.2026, 15,00 €

Tulppaanikimppu

Nikkilän opistotalo, teorialuokka |
Nickby institutthuset, teoriklassen
Heli Palomäki
Ke 18.00–20.00
54335 25.2.2026, 15,00 €

Sidotaan kevätkimppu!

Nikkilän opistotalo, teorialuokka |
Nickby institutthuset, teoriklassen
Heli Palomäki
Ke 18.00–20.00
54337 18.3.2026, 15,00 €

Sidotaan pääsiäiskranssi!

Nikkilän opistotalo, teorialuokka |
Nickby institutthuset, teoriklassen
Heli Palomäki
Ke 18.00–20.00
54339 25.3.2026, 15,00 €

Sidotaan pääsiäiskimppu!

Nikkilän opistotalo, teorialuokka |
Nickby institutthuset, teoriklassen
Heli Palomäki
Ke 18.00–20.00
54351 1.4.2026, 15,00 €

Sidotaan vappukimppu!

Nikkilän opistotalo, teorialuokka |
Nickby institutthuset, teoriklassen
Heli Palomäki
Ke 18.00–20.00
54353 29.4.2026, 15,00 €

Muut kotitalous- ja puutarhakurssit | Övriga hushålls och trädgårdskurser

Sienet - tunnistus, poiminta ja käyttö

Miili, B2028
Michael Perukangas
To 18.00–20.00, la ja su 12.00–15.15
59400 11.–28.9., 35,00

Suomalaiset luonnonmarjat

Miili, B2028
Michael Perukangas
Ke 18.00–20.00, su 12.00–15.15
59401 10.–14.9.2025, 25,00 €

Villiyrtyt

Miili, B2028
Michael Perukangas
Ke 18.00–20.00, la 12.00–15.15
59402 13.5.–6.6.2026, 32,00 €

Hygienpass

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C106
Thérèse Meriheinä
Tis. 18.00–21.15 / 18.00–19.30
59210 10.–17.3.2026, 30,00 €
Tentavgiften 50 € (inklusive passet) betalas
separat till läraren.

Hygieniapassi

Miili, B2019
Thérèse Meriheinä
To 18.00–21.15, Ti 18.00–19.30
59260 5.–10.2.2026, 30,00 €
Tenttimaksu (sisältäen hygieniapassin) 50 €
maksetaan erikseen opettajalle.



Kulttuuri ja yhteiskunta | Kultur och samhälle

Kirjojen Kirja – tutustu bestselleriin!, verkkokurssi

Raïli Tanskanen
Ti 19.00–20.15
6410 23.9.–18.11.2025, 25,00 €
6411 27.1.–24.3.2026, 25,00 €
joka toinen viikko

Puhetta elokuvasta

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C108
Susanna Luoto
Ti 18.00–19.30
6100 16.9.–9.12.2025, 35,00 €
6101 13.1.–7.4.2026, 35,00 €
joka kolmas viikko

Kulttuuripiiri | Kulturcirkeln

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C106
Annika Brandt
Ti | Tis. 15.00–16.30
6104 9.9.–25.11.2025, 35,00 €

Kulttuuripiiri | Kulturcirkeln

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C106
Annika Brandt
Ti | Tis. 15.00–17.00 (taidemuseokäynnit |
konstmuséebesök 14.00–17.15)
6105 31.3.–12.5.2026, 34,00 €

Hyvän mielen improvisaatio

Juhlatalo
Leena Weckström
Ke 18.00–21.15
6910 24.9.–3.12.2025, 38,00 €
6911 14.1.–22.4.2026, 51,00 €
joka toinen viikko

Kirjallisuuspiiri

Nikkilän opistotalo, teorialuokka 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen 1 vän.
Soili Pohjalainen
Ke 18.00–19.30
6106 10.9.–3.12.2025, 35,00 €
6107 21.1.–15.4.2026, 35,00 €
joka kolmas viikko

Liikeimprovosaatiotyöpaja

Opintien palvelupiste, liikuntatila | Lär-
domsvägens serviceställe, idrottsutrymme
Kalle Ylitalo
La ja su 10.00–13.15
6900 28.2.–1.3.2026, 50,00 €

Säästä ja sijoita

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C106
Sten-Erik Sandås
Ti 18.00–19.30
6200 21.10.–2.12.2025, 42,00 €

Sijoittamisen jatkokurssi

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C103
Sten-Erik Sandås
6201 10.2.–10.3.2026, 28,00 €

Osakesijoittaminen

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, C103
Sten-Erik Sandås
Ti 18.00–19.30
6202 13.1.–3.2.2026, 28,00 €

Perintösuunnittelu – testamentin laatiminen

Nikkilän Sydän | Nickby Hjärta, A305-306
Jussi-Pekka Hanhela
Ti 18.00–20.30
6300 3.–17.3.2026, 32,00 €

Nyborjarkurs i släktforskning

Miili B 2019
Peter Ragnvaldsson
Ma 18.00–20.30
6401 8.9.–24.11.2025, 53,00 €

Fortsättningskurs i släktforskning

Miili B 3041
Peter Ragnvaldsson
Ma 18.00–20.30
6402 12.1.–30.3.2026, 53,00 €

Työelämän taitoja

Nikkilän opistotalo
9410 26.8.–28.11.2025 Ma–pe 9.00–12.15

SIPOON OPISTO TYÖELÄMÄN TAITOJA KURSSI

26.8. - 28.11.2025

HAKUAIKA KOULUTUKSEEN

12.5. - 19.6.2025

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

IT-TAIDOT JA MEDIA
TYÖELÄMÄN PELISÄÄNNÖT
VUOROVAIKUTUS- JA TYÖHYVINVOINTI-
TAIDOT



”Opetus on aivan
mahtavaa! Jopa minä,
jolla siis on aina ollut
vaikeutta oppimisessa,
olen oppinut paljon.
Ja sain jopa cv:n
valmiiksi!”



SIPOON OPISTO
SIBBO INSTITUT



Tietotekniikka | Datateknik

Digineuvonnat Söderkullassa Digital rådgivning i Söderkulla

Söderkullan kirjasto
Tarja Ekholm, Hannu Ollikainen
Ma | Män. 9.30–12.00
7100 15.9.–1.12.2025, 12.1.–11.5.2026, 0,00 €

Digineuvonnat syyslukukaudella 2025 |
Digitala rådgivningar under höstterminen
2025: 15.9., 20.10., 17.11., 15.12.

Digineuvonnat kevätlukukaudella 2026 |
Digitala rådgivningar under vårterminen
2026: 19.1., 23.2., 16.3., 20.4.

Digineuvonnat Nikkilässä Digital rådgivning i Nickby

Sipoon pääkirjasto
Tarja Ekholm; Hannu Ollikainen
Ma | Män. 9.30–12.00
7102 29.9.–10.11.2025, 0,00 €

Digineuvonnat syyslukukaudella 2025 |
Digitala rådgivningar under höstterminen
2025: 29.9. ja 10.11. 29.9. och 10.11

Nörttikerho | Nördklubben

Nikkilän opistotalo, teorialuokka 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen 1 vån.
Tarja Ekholm
Ma | Män. 13.30–15.00
7110 15.9.–24.11.2025, 10,00 €
7111 2.2.–20.4.2026, 10,00 €

Bli kompis med din mobil och surfplatta

Nikkilä, kirjasto, Topeliussali |
Nickby, bibliotek, Topeliussalen
Hannu Ollikainen
Tis. 9.30–12.00
7200 30.9.–28.10.2025, 15,00 €

WhatsApp

Nikkilän opistotalo, teorialuokka, 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen, 1 vån.
Tarja Ekholm
Ti 9.30–11.00
7201 27.1.–10.2.2026, 15,00 €

Oma älypuhelin tai tabletti tutuksi

Nikkilän opistotalo, teorialuokka, 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen, 1 vån.
Tarja Ekholm
Ti 9.30–12.00
7210 16.9.–7.10.2025, 15,00 €

Somasti somessa

Nikkilän opistotalo, teorialuokka 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen 1 vån.
Tarja Ekholm
Ti 9.30–11.00
7232 4.–25.11.2025, 15,00 €

Älä tule huijatuksi netissä

Nikkilän opistotalo, teorialuokka 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen 1 vån.
Tarja Ekholm
Ti 10.00–11.30
7233 3.–17.3.2026, 15,00 €

Valokuvaaminen älylaitteella ja valokuvat talteen älylaitteesta

Nikkilän opistotalo, teorialuokka 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen 1 vån.
Tarja Ekholm
Ti 10.00–11.30
7240 24.3.–14.4.2026, 15,00 €

Windows 11 -perusteet

Nikkilän opistotalo, teorialuokka 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen 1 vån.
Tarja Ekholm
La 10.00–15.00
7600 25.10.2025, 15,00 €

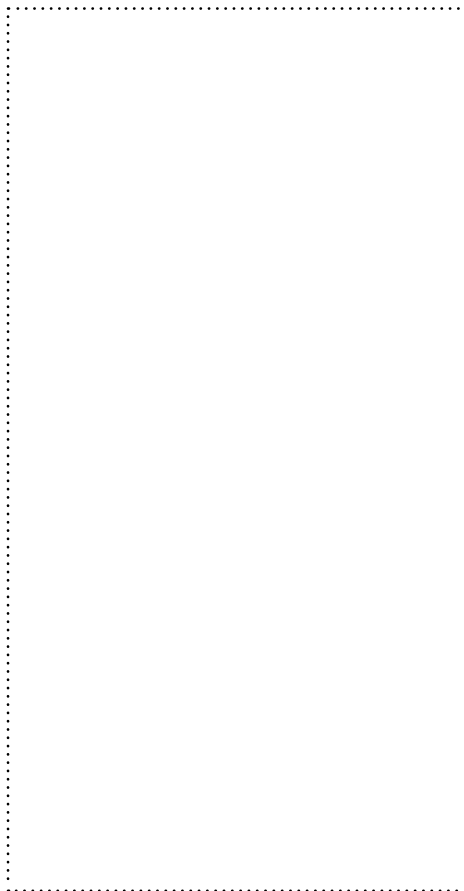
Canva -perusteet

Nikkilän opistotalo, teorialuokka 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen 1 vån.
Tarja Ekholm
La 10.00–14.15
7601 22.11.2025, 30,00 €

Medialukutaito, hybridiopetus

Nikkilän opistotalo, teorialuokka 1. krs |
verkko-opetus
Tarja Ekholm
Helmikuussa 2026, tarkka ajankohta ilmoitetaan myöhemmin.

OMAT MUISTIINPANOT | EGNA ANTECKNINGAR



Kursseilla ei ole ilmaisia kokeilukertoja. Ilmoittautumalla sitoudut maksamaan kurssimaksun.

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



Liikunta ja hyvinvointi | Motion och välmående

Kuntoliikunta ja jumpat | Motionsidrott och gympa

Maanantai | Måndag

Barngymnastik

Jokipuiston koulu, liikuntasali
Nona Mankki
Män. 17.55–18.40
81110 8.9.–24.11.2025, 27,00 €
81111 19.1.–13.4.2026, 27,00 €

Kahvakuula

Leppätien koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Emma Juga
Ma 17.15–18.15
81120 8.9.–24.11.2025, 37,00 €
81121 19.1.–13.4.2026, 37,00 €

Äijäjumppa

Leppätien koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Emma Juga
Ma 19.15–20.15
81130 8.9.–24.11.2025, 37,00 €
81131 19.1.–13.4.2026, 37,00 €

Hot Body & Stretching

Boxby skola, liikuntasali | gymnastiksal
Niina Uschanoff
Ma 17.45–19.15
81150 8.9.–24.11.2025, 55,00 €
81151 19.1.–13.4.2026, 55,00 €

Porrastreeni | Trappträning

Söderkullan kuntoportaat |
Söderkullas motionstrappor
Heidi Härus
Ma | Män. 18.00–19.00
81164 8.9.–6.10.2025, 23,00 €

Reisi-vatsa-pakara

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Pia Häkkinen
Ma | Män. 11.30–12.15
81170 8.9.–24.11.2025, 27,00 €
81171 19.1.–13.4.2026, 27,00 €
81172 1.–15.12.2025, 18,00 €

Reisi-vatsa-pakara

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Pia Häkkinen
Ma | Män. 11.30–12.30
81173 27.4.–25.5.2026, 23,00 €



Tiistai | Tisdag

Kuntosali 1 | Konditionssal 1

Nikkilä Sote, kuntosal | Nickby Hvc, kond.sal
Jenny Kurki
Ti | Tis. 17.40–18.40
81210 9.9.–25.11.2025, 37,00 €
81211 20.1.–7.4.2026, 37,00 €

Kuntosali 2 | Konditionssal 2

Nikkilä Sote, kuntosal | Nickby Hvc, kond.sal
Jenny Kurki
Ti | Tis. 18.45–19.45
81220 9.9.–25.11.2025, 37,00 €
81221 20.1.–7.4.2026, 37,00 €

Perheliikunta 1–4-vuotiaille | Familjegymnastik 1–4 år

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Nona Mankki
Ti | Tis. 17.00–17.45
81260 9.9.–25.11.2025, 54,00 €
81261 20.1.–7.4.2026, 54,00 €
Ilmoita lapsi ja kirjoita vanhemman nimi maksajan kenttään. Hinta sisältää yhden aikuisen ja yhden lapsen. | Anmäl barnet och sätt vuxnas namn som betalare. Priset innehåller ett barn och en vuxen.

Lasten liikunta 4–6-vuotiaille | Barngymnastik 4–6 år

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Nona Mankki
Ti | Tis. 18.00–18.45
81262 9.9.–25.11.2025, 27,00 €
81263 20.1.–7.4.2026, 27,00 €

Kahvakuula verkossa, avoimet ovet

Essi Puurunen
Ti 18.00–18.30
81290 2.9.2025, 0,00 €

Kahvakuula verkossa

Essi Puurunen
Ti 18.00–19.00
81291 9.9.–25.11.2025, 37,00 €
81292 13.1.–31.3.2026, 37,00 €

Kahvakuulan peruskurssi verkossa

Essi Puurunen
Ti 18.00–19.00
81293 21.4.–9.6.2026, 37,00 €

Keskiviikko | Onsdag

Vatsa-pakara

Leppätien koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Tarja Kahma
Ke 17.10–18.00
81310 10.9.–26.11.2025, 31,00 €
81311 14.1.–1.4.2026, 31,00 €

Kuntoliikunta | Konditionsträning

Borgby skola, liikuntasali | gymnastiksal
Netta Soiro
Ke | Ons. 18.30–19.30
81354 10.9.–26.11.2025, 37,00 €
81355 14.1.–1.4.2026, 37,00 €

Pienryhmävalmennusta

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Sanni Pekkala
Ke 18.00–19.00
81360 10.9.–26.11.2025, 77,00 €
81361 21.1.–8.4.2026, 77,00 €

Torstai | Torsdag

Synnyttäneiden äitien kuntoliikunta | Motionsgymnastik för mammor som nyligen fött

Jokipuiston koulu, liikuntasali
Isabella Hallberg
To | Tors. 9.30–10.30
81410 11.9.–27.11.2025, 37,00 €
81411 15.1.–9.4.2026, 37,00 €

Lihaskunto | Gympa för stärkande av muskulaturen

Jokipuiston koulu, liikuntasali
Isabella Hallberg
To | Tors. 10.35–11.35
81414 11.9.–27.11.2025, 37,00 €
81415 15.1.–9.4.2026, 37,00 €

Lihaskuntojumppa

Boxby skola, liikuntasali | gymnastiksal
Pia Häkkinen
To 17.45–18.45
81450 11.9.–27.11.2025, 37,00 €
81451 15.1.–9.4.2026, 37,00 €

Kuntojumppa | Konditionsgympa

Norra Paipis skola, liikuntasali | gymnastiksalen
Anni Aartomaa
To | Tors. 17.45–18.45
81458 11.9.–27.11.2025, 37,00 €
81459 15.1.–9.4.2026, 37,00 €

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

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6
Tiina Hamunen
To | Tors. 9.45–10.30
81460 11.9.–27.11.2025, 54,00 €
81461 15.1.–9.4.2026, 54,00 €
Ilmoita lapsi ja kirjoita vanhemman nimi maksajan kenttään. Hinta sisältää yhden aikuisen ja yhden lapsen. | Anmäl barnet och sätt vuxnas namn som betalare. Priset innehåller ett barn och en vuxen.

Äijäjumppa | "Äijä"gympa

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Jasmin Sundbäck
To | Tors. 18.45–19.30
81462 11.9.–27.11.2025, 27,00 €
81463 15.1.–9.4.2026, 27,00 €

Kehonpainotreeni | Träning med kroppstyngd

Miili, A1035, liikuntasali | gymnastikssal
Nona Mankki
To | Tors. 18.05–18.55
81464 11.9.–27.11.2025, 31,00 €
81465 15.1.–9.4.2026, 31,00 €

Reisi-vatsa-pakara

Opintie 6 A Iso liikuntasali | Stora gymnas-tiksalen
Emma Juga
To | Tors. 17.30–18.25
81470 11.9.–27.11.2025, 34,00 €
81471 15.1.–9.4.2026, 34,00 €

Kahvakuula

Opintie 6 A | Lärdomsvägen 6 A
Terhi Kytö
To 18.40–19.40
81472 11.9.–27.11.2025, 37,00 €
81473 15.1.–9.4.2026, 37,00 €

Kahvakuula

Opintie 6 A | Lärdomsvägen 6 A, 01150
Söderkulla
Emma Juga
To 17.45–18.45
81475 23.4.–11.6.2026, 37,00 €

Perjantai | Fredag

Voimaa ja hallintaa -lihaskuntoharjoittelua | Kraft och kontroll -muskelträning

Leppätien koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Alli Liljeström
Pe | Fre. 17.30–18.30
81510 12.9.–28.11.2025, 37,00 €
81511 16.1.–10.4.2026, 37,00 €

Sunnuntai | Söndag

Pienryhmävalmennusta | Smågruppscoachning

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Isabella Hallberg
Su | Sön. 14.00–15.00
81760 14.9.–30.11.2025, 77,00 €
81761 11.1.–12.4.2026, 77,00 €

Kuntopiiri | Konditionscirkel

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Isabella Hallberg
Su | Sön. 18.00–19.00
81764 14.9.–30.11.2025, 37,00 €
81765 11.1.–12.4.2026, 33,00 €

Juoksun ensiaskeleet | Löpningens första steg

Paikka avoin
Heidi Härus
Su | Sön. 17.00–18.30
81770 15.–29.3.2026, 36,00 €

Jooga ja pilates | Yoga och pilates

Maanantai | Måndag

Senioripilates

Leppätien koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Tarja Wahlström
Ma 16.00–17.00
82114 8.9.–24.11.2025, 37,00 €
82115 19.1.–13.4.2026, 37,00 €

Alkeisjooga | Nybörjar yoga

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Sofia Höglund
Ma | Män. 17.45–19.00
82160 8.9.–24.11.2025, 46,00 €
82161 19.1.–13.4.2026, 46,00 €

Hathajooga, alkeisryhmä | Hathayoga, nybörjar grupp

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Sofia Höglund
Ma | Män. 19.15–20.30
82164 8.9.–24.11.2025, 46,00 €
82165 19.1.–13.4.2026, 46,00 €

Jooga | Yoga

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Sofia Höglund
Ma | Män. 17.30–18.45
82170 27.4.–25.5.2026, 29,00 €
82171 27.4.–25.5.2026, 29,00 €

Lempeä pilates verkossa, avoimet ovet

Tarja Wahlström
Ma 18.00–18.30
82190 1.9.2025, 0,00 €

Lempeä pilates verkossa

Tarja Wahlström
Ma 18.00–19.00
82191 8.9.–24.11.2025, 37,00 €
82192 19.1.–13.4.2026, 37,00 €

Tiistai | Tisdag

Flow-jooga

Leppätien koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Jenna Liikanen
Ti 18.25–19.25
82200 9.9.–25.11.2025, 37,00 €
82201 20.1.–7.4.2026, 37,00 €

Pilates, alkeiskurssi

Lukkarin koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Tarja Wahlström
Ti 18.05–19.05
82210 9.9.–25.11.2025, 37,00 €
82211 20.1.–7.4.2026, 37,00 €

Pilates jatko

Lukkarin koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Tarja Wahlström
Ti 19.10–20.10
82212 9.9.–25.11.2025, 37,00 €
82213 20.1.–7.4.2026, 37,00 €

Pilates, alkeis-jatko -kurssi

Lukkarin koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Tarja Wahlström
Ti 18.05–19.05
82214 21.4.–12.5.2026, 32,00 €

Keskiviikko | Onsdag

Chi Kungista tasapainoa ja elinvoimaa, perustaso

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Suvi Stenbäck-Jääskä
Ke 16.30–17.30
82360 10.9.–26.11.2025, 37,00 €
82361 14.1.–1.4.2026, 37,00 €

Flow-jooga

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Sanni Pekkala
Ke 19.15–20.15
82364 10.9.–26.11.2025, 37,00 €
82365 21.1.–8.4.2026, 37,00 €

Pilates, alkeiskurssi verkossa

Tiina Tarpio
Ke 9.00–10.00
82393 10.9.–26.11.2025, 37,00 €
82394 21.1.–8.4.2026, 37,00 €

Torstai | Torsdag

Pilatesta aloittelijoille

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Terhi Kytö
To 16.30–17.25
82460 11.9.–27.11.2025, 34,00 €
82461 15.1.–9.4.2026, 34,00 €

Pilates

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Terhi Kytö
To 17.30–18.25
82464 11.9.–27.11.2025, 34,00 €
82465 15.1.–9.4.2026, 34,00 €

Hathajooga verkossa

Sofia Höglund
To 19.15–20.30
82490 11.9.–27.11.2025, 46,00 €
82491 15.1.–9.4.2026, 46,00 €

Perjantai | Fredag

Hathajooga selän ehdoon

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Lea Tikkanen
Pe 15.30–16.45
82560 12.9.–28.11.2025, 46,00 €
82561 16.1.–10.4.2026, 46,00 €

Yin-jooga

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Lea Tikkanen
Pe 17.00–18.15
82564 12.9.–28.11.2025, 46,00 €
82565 16.1.–10.4.2026, 46,00 €

Viikonloppu | Veckoslut

Tao-joogasta virkeyttä ja tasapainoa

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Suvi Stenbäck-Jääskä
La ja su 11.00–12.30
82660 29.–30.11.2025, 24,00 €

Tai Chi

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Suvi Stenbäck-Jääskä
La ja su 11.00–12.30
82671 16.–17.5.2026, 24,00 €

Kehonhuolto ja rentoutus | Kroppsvård och avslappning

Kehonhuolto

Leppätien koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Emma Juga
Ma 18.20–19.05
83110 8.9.–24.11.2025, 27,00 €
83111 19.1.–13.4.2026, 27,00 €

Asahi

Leppätien koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Sirkku Vaskimo
Ma 14.30–15.30
83120 8.9.–24.11.2025, 37,00 €
83121 19.1.–13.4.2026, 37,00 €

Asahi

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Sirkku Vaskimo
Ti | Tis. 11.30–12.15
83260 9.9.–25.11.2025, 27,00 €
83261 20.1.–7.4.2026, 27,00 €

FasciaMethod kehonhuolto

Leppätien koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Tarja Kahma
Ke 16.15–17.00
83310 10.9.–26.11.2025, 27,00 €
83311 14.1.–1.4.2026, 27,00 €

Kehonhuolto 1 | Stretching 1

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Sari Sundbäck-Määttä
Ke | Ons. 11.30–12.30
83360 17.9.–26.11.2025, 33,00 €
83361 14.1.–1.4.2026, 37,00 €

Kehonhuolto 2 | Stretching 2

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Sari Sundbäck-Määttä
Ke | Ons. 12.45–13.45
83362 17.9.–26.11.2025, 33,00 €
83363 14.1.–1.4.2026, 37,00 €

Venyttelytunti | Kroppsvård

Jokipuiston koulu, liikuntasali
Isabella Hallberg
To | Tors. 11.40–12.25
83410 11.9.–27.11.2025, 27,00 €
83411 15.1.–9.4.2026, 27,00 €

Hopun loppu -

Äänimalja- ja hengitysrentoutus

Lukkarin koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Tiina Nevanperä
To 17.30–18.55
83412 11.9.–27.11.2025, 52,00 €
83413 15.1.–9.4.2026, 52,00 €

Äijähuolto | "Äijä"service

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Jasmin Sundbäck
To | Tors. 19.35–20.20
83420 11.9.–27.11.2025, 27,00 €
83421 15.1.–9.4.2026, 27,00 €



Äiti-vauva-kehonhuolto | Mamma-baby kroppsvård

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Isabella Hallberg

Su | Sön. 15.15–16.15

83760 14.9.–12.10.2025, 23,00 €

83761 26.10.–23.11.2025, 23,00 €

83762 11.1.–8.2.2026, 23,00 €

83763 1.–29.3.2026, 23,00 €

83764 12.4.–10.5.2026, 23,00 €

Kehonhuolto | Kroppsvård

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Isabella Hallberg

Su | Sön. 19.05–19.50

83770 14.9.–30.11.2025, 27,00 €

83771 11.1.–12.4.2026, 25,00 €

Tanssi | Dans

Maanantai | Måndag

Liikunnallinen musiikkijumppa 4–6-vuotiaille

Jokipuiston koulu, liikuntasali
Nona Mankki

Ma 17.00–17.45

84110 8.9.–24.11.2025, 27,00 €

84111 19.1.–13.4.2026, 27,00 €

Kuntotanssi | Konditionsdans

Jokipuiston koulu, liikuntasali
Nona Mankki

Ma | Mån. 18.55–19.55

84120 8.9.–24.11.2025, 37,00 €

84121 19.1.–13.4.2026, 37,00 €

Tiistai | Tisdag

Seniorilattarit

Paikka avoin
Opettaja avoin

Aika avoin

84210 9.9.–25.11.2025, 37,00 €

84211 20.1.–7.4.2026, 37,00 €

DanceMix

Leppätien koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Jenna Liikanen

Ti 17.15–18.15

84220 9.9.–25.11.2025, 37,00 €

84221 20.1.–7.4.2026, 37,00 €

Latin dance

Opintie 6 A, Iso liikuntasali | Stora gymnastiksalen
Deannys Conde

Ti 17.00–18.00

84250 9.9.–25.11.2025, 37,00 €

84251 20.1.–7.4.2026, 37,00 €

Latinflow

Opintie 6 A, Iso liikuntasali | Stora gymnastiksalen
Deannys Conde

Ti 18.05–19.05

84252 9.9.–25.11.2025, 37,00 €

84253 20.1.–7.4.2026, 37,00 €

Salsa / Salsan alkeet |

Salsa / Nybörjar salsa

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Nona Mankki

Ti | Tis. 19.00–20.30

84264 9.9.–25.11.2025, 55,00 €

84265 20.1.–7.4.2026, 55,00 €

Keskiviikko | Onsdag

Zumba Fitness®

Jokipuiston koulu, liikuntasali
Janne Outinen

Ke 17.00–17.55

84320 10.9.–26.11.2025, 34,00 €

84321 21.1.–8.4.2026, 34,00 €

Kinkunsulatus Zumba Fitness®

Jokipuiston koulu, liikuntasali
Janne Outinen

Ke 17.00–18.30

84322 7.–14.1.2026, 24,00 €

LatinMix

Jokipuiston koulu, liikuntasali
Janne Outinen

Ke 18.00–19.00

84324 10.9.–26.11.2025, 37,00 €

84325 21.1.–8.4.2026, 37,00 €

Lavatanssikurssi

Jokipuiston koulu, liikuntasali
Janne Outinen

Ke 19.15–20.45

84328 10.9.–26.11.2025, 55,00 €

84329 21.1.–8.4.2026, 55,00 €

Senioribaletti

Opintie 6 A | Lärdomsvägen 6 A
Suvi Stenbäck-Jääskä

Ke 15.15–16.00

84350 10.9.–26.11.2025, 27,00 €

84351 14.1.–1.4.2026, 27,00 €

Kinkunsulatus Zumba Fitness®

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Janne Outinen

Ke 19.15–20.45

84353 7.–14.1.2026, 24,00 €

Torstai | Torsdag

Kansantanssi, paritanssi ja seuratanssi | Folkdans, pardans och sällskapsdans

Boxby branddepå

Lisbeth Ståhlberg

To | Tors. 19.30–21.00

84450 11.9.–27.11.2025, 55,00 €

84451 15.1.–9.4.2026, 55,00 €

Perjantai | Fredag

Zumba Gold®

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Janne Outinen

Pe 9.30–10.15

84560 12.9.–28.11.2025, 27,00 €

84561 16.1.–10.4.2026, 27,00 €

Bailatino Senior

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B
Janne Outinen

Pe 10.30–11.15

84562 12.9.–28.11.2025, 27,00 €

84563 16.1.–10.4.2026, 27,00 €

Ota yhteyttä:

sipoon.opisto@sipoo.fi

Sunnuntai | Söndag

Baletin alkeet & kehonhuolto

Kyrkobyskola, liikuntasali | gymnastiksal
Titta Sevanto

Su 18.00–19.15

84710 14.9.–12.10.2025, 29,00 €

84711 18.1.–1.3.2026, 29,00 €

Latin dance

Leppätien koulu, liikuntasali | gymnastiksal
Deannys Conde

Su 19.45–20.45

84720 14.9.–30.11.2025, 37,00 €

84721 18.1.–19.4.2026, 37,00 €

Erityisryhmien tanssi | Dans för specialgrupper

Opintie 6B | Lärdomsvägen 6B

Isabella Hallberg

Su | Sön. 16.30–17.30

84750 14.9.–30.11.2025, 0,00 €

84751 11.1.–12.4.2026, 0,00 €

Latin flow

Miili, A1035, liikuntasali | gymnastiksal
Deannys Conde

Su 18.05–18.55

84760 14.9.–30.11.2025, 31,00 €

84761 18.1.–19.4.2026, 31,00 €



TOIVOMUKSIA,
KYSYMYKSIÄ,
KRITIIKKIÄ,
PALAUTETTA?

Vesijumppa| Vattengymna

HUOM! Ingmanin altaalla jyrkät tikkaat altaaseen, ei sovelu liikuntarajoitteille. OBS! Branta stege till Ingman bassäng, inte lämplig för rörelsehämmade.

Matalankynnyksen vesijumppa: ryhmä on tarkoitettu kaikille, joilla on haasteita tasapainon kanssa ja jotka haluavat ylläpitää liikkuvuuttaan ja kuntoaan vedessä lempeällä tavalla. Tämä on kevyin vesijumppa.

Kevyempi vesijumppa: monipuolinen vesijumppa senioreille ja TULES-rajoitteisille. Ryhmän tavoite on ylläpitää ja kehittää koko kehon lihaskuntaa, kestävyyttä, nivelten liikkuvuutta sekä tasapainoa.

Vesijumppa: monipuolinen vesijumppa ylläpitää ja kehittää koko kehon lihaskuntaa, kestävyyttä, nivelten liikkuvuutta sekä tasapainoa. Tässä ryhmässä on nopeampi tempo.

Tehovesijumppa: tämä tehokas vesijumppa vaatii hyvää kuntoa, tasapainoa ja liikkuvuutta. Tässä ryhmässä jumpataan myös ilman pohjakosketusta.

Lägröskel vattengymna: Detta är en lättare grupp som passar de som har utmaningar med balansen och som vill bibehålla sin rörlighet och kondition på ett skonsamt sätt i vattnet.

Lättare vattengymna: Denna mångsidiga vattengymna är riktad till seniorer och personer som har problem i stöd- och rörelseorganen. Den hjälper till att bibehålla och utveckla hela kroppens muskelstyrka, uthållighet, led rörlighet och balans.

Vattengymna: Denna mångsidiga vattengymna är avsedd för alla. Den hjälper till att bibehålla och utveckla hela kroppens muskelstyrka, uthållighet, led rörlighet och balans. I denna grupp håller man ett snabbare tempo.

Högintensiv vattengymna: Denna krävande vattengymna kräver god kondition, balans och rörlighet. Den är utformad för dem som vill utmana sig själva i vattnet. I denna grup gympar man också utan bottenkontakt.

Maanantai | Måndag

Kevyempi vesijumppa | Lättare vattengymna

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Monica Wilenius
Ma | Mån. 15.30–16.10
85110 8.9.–24.11.2025, 66,00 €
85111 19.1.–13.4.2026, 66,00 €

Kevyempi vesijumppa | Lättare vattengymna

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Monica Wilenius
Ma | Mån. 15.45–16.25
85112 27.4.–8.6.2026, 42,00 €

Vesijumppa | Vattengymna

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Monica Wilenius
Ma | Mån. 16.15–16.55
85120 8.9.–24.11.2025, 66,00 €
85121 19.1.–13.4.2026, 66,00 €

Kuntosali + vesijumppa | Konditionssal + vattengymna

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Monica Wilenius
Ma | Mån. 17.10–18.40
85130 8.9.–24.11.2025, 93,00 €
85131 19.1.–13.4.2026, 93,00 €

Kuntosali + vesijumppa | Konditionssal+vattengymna

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Monica Wilenius
Ma 17.30–19.00
85132 27.4.–8.6.2026, 66,00 €

Tehovesijumppa | Högintensiv vattengymna

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Monica Wilenius
Ma | Mån. 19.00–19.40
85140 8.9.–24.11.2025, 66,00 €
85141 19.1.–13.4.2026, 66,00 €

Tehovesijumppa | Högintensiv vattengymna

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Monica Wilenius
Ma | Mån. 16.30–17.10
85145 27.4.–8.6.2026, 42,00 €

Tehovesijumppa | Högintensiv vattengymna

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Monica Wilenius
Ma | Mån. 19.45–20.25
85146 8.9.–24.11.2025, 66,00 €
85147 19.1.–13.4.2026, 66,00 €

Kevyempi vesijumppa | Lättare vattengymna

Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Tiina Hamunen
Ma | Mån. 13.30–14.10
85160 8.9.–24.11.2025, 66,00 €
85161 19.1.–13.4.2026, 66,00 €
85162 27.4.–25.5.2026, 30,00 €

Vesijumppa | Vattengymna

Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Tiina Hamunen
Ma | Mån. 14.15–14.55
85164 8.9.–24.11.2025, 66,00 €
85165 19.1.–13.4.2026, 66,00 €
85166 27.4.–25.5.2026, 30,00 €

Vesijumppa | Vattengymna

Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Tiina Hamunen
Ma | Mån. 17.00–17.40
85168 8.9.–24.11.2025, 66,00 €
85169 19.1.–13.4.2026, 66,00 €
85170 27.4.–25.5.2026, 30,00 €

Tehovesijumppa | Högintensiv vattengymna

Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Tiina Hamunen
Ma | Mån. 17.45–18.25
85172 8.9.–24.11.2025, 66,00 €
85173 19.1.–13.4.2026, 66,00 €
85174 27.4.–25.5.2026, 30,00 €

Tehovesijumppa | Högintensiv vattengymna

Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Tiina Hamunen
Ma | Mån. 18.45–19.25
85176 8.9.–24.11.2025, 66,00 €
85177 19.1.–13.4.2026, 66,00 €
85178 27.4.–25.5.2026, 30,00 €

Tiistai | Tisdag

Kevyempi vesijumppa | Lättare vattengymna

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Pia Häkkinen
Ti | Tis. 16.15–16.55
85210 9.9.–25.11.2025, 66,00 €
85211 20.1.–7.4.2026, 66,00 €
85212 21.4.–9.6.2026, 48,00 €

Vesijumppa | Vattengymna

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Pia Häkkinen
Ti | Tis. 17.00–17.40
85220 9.9.–25.11.2025, 66,00 €
85221 20.1.–7.4.2026, 66,00 €
85222 21.4.–9.6.2026, 48,00 €

Tehovesijumppa

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Pia Häkkinen
Ti 18.00–18.40
85230 9.9.–25.11.2025, 66,00 €
85231 20.1.–7.4.2026, 66,00 €
85232 21.4.–9.6.2026, 48 €

Uinti / Vesijuoksu | Simning / Vattenlöpning

Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Sari Sundbäck-Määttä
Ti | Tis. 14.00–15.00
85260 16.9.–25.11.2025, 60,00 €
85261 20.1.–7.4.2026, 66,00 €

Keskiviikko | Onsdag

Matalankynnyksen vesijumppa

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Pia Häkkinen
Ke | Ons. 16.15–16.55
85310 10.9.–26.11.2025, 66,00 €
85311 14.1.–1.4.2026, 66,00 €
85312 15.4.–10.6.2026, 54,00 €

Tehovesijumppa

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Pia Häkkinen
Ke 17.00–17.40
85320 10.9.–26.11.2025, 66,00 €
85321 14.1.–1.4.2026, 66,00 €
85322 15.4.–10.6.2026, 54,00 €

Vesijumppa

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Pia Häkkinen
Ke 18.00–18.40
85330 10.9.–26.11.2025, 66,00 €
85331 14.1.–1.4.2026, 66,00 €
85332 15.4.–10.6.2026, 54,00 €

Kuntosali + vesijumppa

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Tarja Kahma
Ke 18.30–20.00
85340 10.9.–26.11.2025, 93,00 €
85341 14.1.–1.4.2026, 93,00 €
85342 15.4.–10.6.2026, 85,00 €

Torstai | Torsdag

**Vesijumppa + uinti / vesijuoksu |
Vattengymna + simning / vattenlöpning**
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Tiina Hamunen
To | Tors. 13.10–14.10
85460 11.9.–27.11.2025, 88,00 €
85461 15.1.–9.4.2026, 88,00 €

Tehovesijumppa | Högaktiv vattengymna
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Tiina Hamunen
To | Tors. 14.15–14.55
85464 11.9.–27.11.2025, 66,00 €
85465 15.1.–9.4.2026, 66,00 €

Vesijumppa | Vattengymna
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Tiina Hamunen
To | Tors. 17.00–17.40
85468 11.9.–27.11.2025, 66,00 €
85469 15.1.–9.4.2026, 66,00 €

**Tehovesijumppa |
Högintensiv vattengymna**
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Tiina Hamunen
To | Tors. 17.45–18.25
85472 11.9.–27.11.2025, 66,00 €
85473 15.1.–9.4.2026, 66,00 €

Perjantai | Fredag

Vesijumppa | Vattengymna
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Maria Sundman
Pe | Fre. 15.30–16.10
85510 12.9.–28.11.2025, 66,00 €
85511 16.1.–10.4.2026, 66,00 €

**Kevyempi vesijumppa |
Lättare Vattengymna**
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Tiina Hamunen
Pe | Fre. 9.00–9.40
85560 12.9.–28.11.2025, 66,00 €
85561 16.1.–10.4.2026, 66,00 €

**Kevyempi vesijumppa |
Lättare Vattengymna**
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Tiina Hamunen
Pe | Fre. 9.45–10.25
85564 12.9.–28.11.2025, 66,00 €
85565 16.1.–10.4.2026, 66,00 €

**Uinti / Vesijuoksu eläkeläisille |
Simmning / Vattenlöpning för pensionärer**
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Sari Sundbäck-Määttä
Pe | Fre. 10.30–11.20
85568 12.9.–28.11.2025, 66,00 €
85569 16.1.–10.4.2026, 66,00 €

**Uinti / Vesijuoksu |
Simning / Vattenlöpning**
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Sari Sundbäck-Määttä
Pe | Fre. 11.20–12.10
85572 12.9.–28.11.2025, 66,00 €
85573 16.1.–10.4.2026, 66,00 €

**Kevyempi vesijumppa + uinti / vesijuoksu |
Lättare vattengymna + simning /
vattenlöpning**
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Tiina Hamunen
Pe | Fre. 12.15–13.15
85576 12.9.–29.11.2025, 88,00 €
85577 16.1.–10.4.2026, 88,00 €

Vesijumppa | Vattengymna
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Tiina Hamunen
Pe | Fre. 13.20–14.00
85580 12.9.–28.11.2025, 66,00 €
85581 16.1.–10.4.2026, 66,00 €

Perheuinti | Familjesimning
Söderkulla, Ingmanin allas | Ingman bassäng
Sari Sundbäck-Määttä
Pe | Fre. 14.05–14.55
85584 12.9.–28.11.2025, 66,00 €
85585 16.1.–10.4.2026, 66,00 €

Lauantai | Lördag

**Kuntosali + vesijumppa |
Konditionssal + vattengymna**
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Tiina Hamunen
La | Lör. 10.00–11.30
85610 8.–22.11.2025, 36,00 €

Sunnuntai | Söndag

**Kuntosali + vesijumppa |
Konditionssal + vattengymna**
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Monica Wilenius
Su | Sön. 15.45–17.15
85700 14.9.–30.11.2025, 93,00 €
85711 11.1.–12.4.2026, 93,00 €

**Kevyempi vesijumppa |
Lättare vattengymna**
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Tiina Hamunen
Su | Sön. 10.00–10.40
85720 9.–23.11.2025, 18,00 €

**Tehovesijumppa |
Högintensiv vattengymna**
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Tiina Hamunen
Su | Sön. 10.45–11.25
85722 9.–23.11.2025, 18,00 €

Uimaopetus | Simundervisning

Opi uimataito -kursseilla jokaisella lapsella tulee olla oma aikuinen mukana altaassa. Ilmoita lapsi ja kirjoita vanhemman nimi maksajan kenttään. Hinta sisältää yhden aikuisen ja yhden lapsen. | På Lär dig simma kurser bör det för varje barn finnas en vuxen med i bassängen. Anmäl barnet och sätt vuxnas namn som betalare. Priset innehåller ett barn och en vuxen.

**Opi uimataito / vesipeuhu 1 |
Lär dig simma / lek och plask 1**
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Maria Sundman
Pe | Fre. 16.30–17.00
86500 12.9.–28.11.2025, 88,00 €
86501 16.1.–10.4.2026, 88,00 €

**Opi uimataito / vesipeuhu 2 |
Lär dig simma / lek och plask 2**
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Maria Sundman
Pe | Fre. 17.00–17.30
86502 12.9.–28.11.2025, 88,00 €
86503 16.1.–10.4.2026, 88,00 €

**Opi uimataito / vesipeuhu 3 |
Lär dig simma / lek och plask 3**
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng/
Maria Sundman
Pe | Fre. 17.30–18.00
86504 12.9.–28.11.2025, 88,00 €
86505 16.1.–10.4.2026, 88,00 €

**Opi uimataito / vesipeuhu 4 |
Lär dig simma / lek och plask 4**
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Maria Sundman
Pe | Fre. 18.15–18.45
86506 12.9.–28.11.2025, 88,00 €
86507 16.1.–10.4.2026, 88,00 €

**Opi uimataito / vesipeuhu, jatkokurssi |
Lär dig simma / lek och plask,
fortsättningskurs**
Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Maria Sundman
Pe | Fre. 18.45–19.15
86508 12.9.–28.11.2025, 88,00 €
86509 16.1.–10.4.2026, 88,00 €

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

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Tiina Hamunen
La ja su | Lör. och sön 12.00–12.30
86610 8.–23.11.2025, 48,00 €

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

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Tiina Hamunen
La ja su | Lör. och sön. 12.45–13.15
86611 8.–23.11.2025, 48,00 €

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

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Tiina Hamunen
La ja su | Lör. och sön. 13.30–14.00
86612 8.–23.11.2025, 48,00 €

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

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Maria Sundman
Su | Sön. 17.30–18.00
86700 14.9.–30.11.2025, 88,00 €
86701 11.1.–12.4.2026, 88,00 €

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

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Maria Sundman
Su | Sön. 18.00–18.30
86702 14.9.–30.11.2025, 88,00 €
86703 11.1.–12.4.2026, 88,00 €

**Uintiteknikkaa aikuisille |
Simteknik för vuxna**

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Maria Sundman
Su 18.30–19.15
86730 14.9.–12.10.2025, 45,00 €
86731 11.1.–8.2.2026, 36,00 €

**Uintiteknikkaa nuorille 10-15 v. |
Simteknik för unga 19-15 år**

Nikkilä, Sote Allas | Nickby, Hvc Bassäng
Monica Wilenius
Su 18.30–19.15
86740 26.10.–23.11.2025, 45,00 €
86741 1.–29.3.2026, 45,00 €

Palloilulajit | Bollsporter

Pallopelejä | Bollspel

Opintie 6 A | Lärdomsvägen 6 A
Robert Blomgren
Ma | Mån. 19.30–21.00
87150 8.9.–24.11.2025, 55,00 €
87152 8.–15.12.2025, 24,00 €
87153 12.1.–30.3.2026, 55,00 €
87155 27.4.–25.5.2026, 35,00 €

**OMAT MUISTIINPANOT |
EGNA ANTECKNINGAR**



**Muut kurssit |
Övriga kurser**

Navigointi

Saaristomerenkulku

Miili B 3041
Esa Makkonen
Ma 18.00–20.30
9101 8.9.–17.11.2025, 48,00 €

Rannikonavigointi

Miili B 3041
Esa Makkonen
Ma 18.00–20.30
9102 12.1.–23.3.2026, 48,00 €

Skärgårdsnavigation, intensivkurs

Miili B 3041
Mikaela Dunderfelt
Tors. 18.00–21.15
9103 23.10.–27.11.2025, 38,00 €

Kustnavigation

Miili B 3041
Mikaela Dunderfelt
Tors. 18.15–20.45
9104 15.1.–26.3.2026, 48,00 €

Muut kurssit | Övriga kurser

Mielenterveys elämäntaitona (MTEA-1)

Miili B 3041
Marita Leppänen
La ja su 9.00–16.00
9201 25.–26.10.2025, 89,00 €

**Mielenterveyden ensiapu-2 (MTEA-2),
Haavoittuva mieli, tunnista ja tue**

Miili B 3041
Marita Leppänen
La ja su 9.00–16.00
9202 1.1.–31.7.2026, 89,00 €

Polkupyörän perushuolto, jatkokurssi

Nikkilän opistotalo, teorialuokka .1 krs.
Timo Nyman
To 17.30–19.30, la 10.00–14.00
9901 18.–20.9.2025, 27,00

Polkupyörän perushuolto

Nikkilän opistotalo, teorialuokka, 1. krs.
Timo Nyman
To 17.30–19.30, la 10.00–14.00
9902 9.–11.4.2026, 27,00 €



Menossa mukana | Med på gång

Itämeripäivä to 28.8.2025

Sipooviikko 22.9.–2.10.2025

Valokuvanäyttely Art colorosa
maksuttomat työpajat: Sipoo neule,
syantotypia, croquis, ommellen omakuva

Sipoo neuleen ohjeen julkaiseminen

Nikkilän syysmarkkinat su 28.9.2025

Joulumarkkinat la 29.11.2025

Kevätnäyttely 13.4.–26.4.2026
maksuttomia työpajoja näyttelyn aikana
kierrätysseuranta 26.4. klo 11–14

Östersjödagen tors. 28.8.2025

Sibbo vecka 22.9.–2.10.2025

Fotoutställning Art colorosa
gratis workshops: Sibbo stickning,
cyanotypi, croquis, sy självporträtt

Publicering av Sibbo stickningsinstruktion

Nikkilä höstmarknad sön. 28.9.2025

Julmarknad lör. 29.11.2025

Vårutställning 13.4.–26.4.2026
gratis workshops under utställningen
återvinningssöndag 26.4. kl. 11–14

ITÄMERI PÄIVÄ

ÖSTERSJÖDAGEN ♦ BALTIC SEA DAY

ITÄMERIPÄIVÄ 28.8.2025 GUMBOSTRANDISSA

Lisätietoa Sipoon kunnan nettisivuilta ja
somekanavista kesän aikana. Pysy kuulolla!

Mer information finns på Sibbo kommuns
webbplats och sociala medier under som-
maren. Håll dig uppdaterad!

Sipoo-viikon maksuttomat työpajat Sibboveckans kostnadsfria workshops

Sipoo-viikon syantotypia-työpaja | Sibbo veckans cyanotypi-workshop

Nikkilän opistotalo, yleisluokka 2. krs |
Nickby institutthuset, allmänklass 2 vån.

Joanna Kopra

Ma 17.00–19.00

29100 22.9.2025, 0,00 €

29101 29.9.2025, 0,00 €

Sipoo-viikon croquis piirustus -työpaja | Sibbo veckans croquisteckningsverkstad

Nikkilän opistotalo, teoriatuokka 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen 1 vån.

Erik Creutziger

Ti | Tis. 17.00–19.00

29200 23.9.2025, 0,00 €

29202 30.9.2025, 0,00 €

Sipoo-viikon omakuva ommellen

Opintien ruokala 6 A | Lärosvägens matsal 6 A

Pirjo Pentti

Ke 17.00–19.00

39300 24.9.2025, 0,00 €

39301 1.10.2025, 0,00 €

Sipoo-viikon Sipoo-neulesetti

Nikkilän opistotalo, teoriatuokka 1. krs |
Nickby institutthuset, teoriklassen 1 vån.

Maija Turunen

To 18.00–20.00

39421 25.9.2025, 0,00 €

39422 2.10.2025, 0,00 €



Art Colorosa

Opintoryhmät tai opiskelijat voivat tehdä varauksia näyttelytilasta lukuvuoden aikana maksutta. Tee varaus sähköpostilla: pirjo.pentti@sipoo.fi, häneltä saat tarkempia tietoja asiasta. Opiston kevätnäyttely järjestetään huhtikuussa Art Colorosassa.

Art Colorosa –näyttelytila sijaitsee Sipoon opiston Nikkilän opistotalossa, osoite on Iso Kylätie 8. Se on keskellä kylää ja avoimena toimiston aukioloaikoina (ma ja ke klo 10–14) ja aina silloin, kun talossa on opetusta – lukukauden aikana siellä onkin arkipäivisin lähes aamusta iltaan toimintaa. Lisäksi sopimuksen mukaan näytteilleasettaja voi pitää itse ovia auki muinakin aikoina esim. viikonloppuisin.

Näyttelytila on ollut käytössä vuodesta 2018 alkaen. Ensimmäinen näyttely oli Tupu Hultin tekstiilitaidenäyttely Tuulten sylissä ja sen jälkeen niin opiston opiskelijat kuin opettajatkin ovat pitäneet tilassa erilaisia näyttelyitä.

Opistolla tietenkin toivotaan, että näyttelytila olisi mahdollisimman aktiivisesti käytössä. Pääasiassa pidetään noin kuukauden kestäviä näyttelyitä.

Våra studerande samt våra studiegrupper kan reservera utställningsutrymmet Art Colorosa avgiftsfritt under läsåret. Gör din reservation genom att sända e-post till pirjo.pentti@sipoo.fi. Av henne får du även närmare instruktioner. Institutets vårutställning ordnas även där i april.

Utställningsutrymmet Art Colorosa ligger i Sibbo instituts institutthuset i Nickby, på adressen Stora Byvägen 8. Vi befinner oss mitt i byn och har öppet under kansliets öppettider, måndagar och onsdagar kl. 10–14. Dessutom är utställningsutrymmet öppet alltid när det pågår undervisning i byggnaden. Under terminerna är vi verksamma i byggnaden från morgon till kväll på vardagar. Om du vill hyra utrymmet för en utställning ansvarar utställaren själv för att hålla öppet under andra tider, till exempel under helger.

Utställningsutrymmet har varit i bruk sedan år 2018. Den första utställningen var Tupu Hults textilkonstutställning "Tuulten sylissä". Sedan dess har institutets elever och lärare hållit olika konstutställningar.

På institutet önskar vi att utställningsutrymmet ska vara i aktiv användning. Utställningarna varar vanligtvis i cirka en månad.

2024

2024

OPISKELIJAT

2950

NAISET

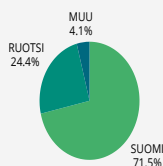
80%



MIEHET

20%

ÄIDINKIELI



STUDERANDE

2950

KVNNOR

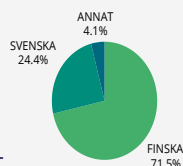
80%



MÄN

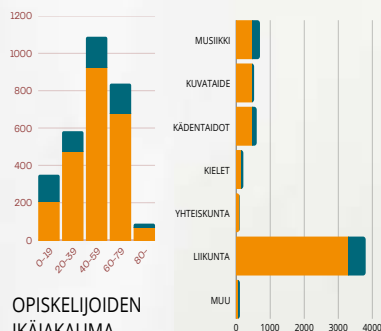
20%

MODERSMÅL



KURSSILAISIA

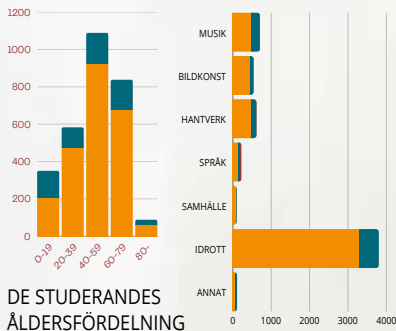
6297



OPISKELIJOIDEN IKÄJAKAUMA

KURSDELTAGARE

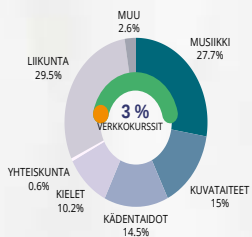
6297



DE STUDERANDES ÅLDSFÖRDELNING

OPETUSTUNTIENTEN JAKAUMA

9764



STUDIETIMMARNAS FÖRDELNING

9764

