

SYKSYN 2023 KOULUTUSKALENTERI

Hyvä mieli ja rentoutuminen 1.–2.9. (1 vrk) Urheiluopisto Varala, Tampere

Koulutus sopii kerho-ohjaajille ja liikuntaryhmien vetäjille. Osallistuminen ei vaadi aiempia opintoja tai valmistautumista. Se sopii kaiken kuntoisille ja -ikäisille. Kurssin teemana on kokonaisvaltainen hyvinvointi ja stressin hallinta. Ohjelmassa on läsnäolo-, hengitys- ja mielikuvaharjoituksia; asahi-terveysliikuntaa sekä tutustumista Footbic-menetelmään jalkojen hyvinvoinnin edistämiseksi. Nautimme luonnosta hyvinvoinnin lähteenä Pyhäjärven kauniissa ympäristössä. Osallistujat saavat mukaansa helppoja harjoituksia, joilla saa vaihtelua ja hyvää mieltä omalle kerho- tai liikuntaryhmälle. Kurssin vetäjät: koulutustuottaja Tiina Flygare ja tanssinopettaja Kirsi-Marja Vinberg. **Kurssin hinta: 120 €. Ilmoittautuminen: 11.8. mennessä.**

Matkavastaavien opinto- ja neuvottelupäivät 12.–14.9. (2 vrk) Ikaalisten kylpylä

Koulutus on tarkoitettu peruskurssin käyneille tai muutoin kokeneille matkavastaaville sekä heidän varahenkilöilleen. Sen teemana on matka-, retki- ja tapahtumatoiminnan kehittäminen muuttuvassa toimintaympäristössä sekä jäsenistön toiveet ja odotukset. Kurssin vetäjät: Tiina Hestad ja Tiina Rajala. **Kurssin hinta: 220 € (puolihoito) ja 240 € (täysihoito) Ilmoittautuminen 21.8. mennessä.**

Yhdistyksen tarjoiluvastaavien opintopäivät 12.–14.9. (2 vrk) Ikaalisten kylpylä

Opintopäivät on tarkoitettu yhdistysten kahvi- ja muiden tilaisuuksien tarjoiluista vastaaville ihmisille. Koulutus sisältää tietoja ikääntyneiden ravitsemuksesta, elintarvikkeiden käsittelystä sekä ideoita uusiksi tarjoiluvaihtoehdoiksi. Kurssilla on mahdollisuus suorittaa hygieniapassikoe. **Kurssin hinta: 220 € (puolihoito) ja 240 € (täysihoito) sekä lisämaksu hygieniapassikoesta. Ilmoittautuminen 21.8. mennessä.**

Ikääntymispolitiikan opintopäivät 27.–29.9. (2 vrk) Ikaalisten kylpylä

Koulutus sopii erityisesti alueiden ja kuntien vanhusneuvostoissa toimiville jäsenillemme sekä heidän varajäsenilleen. Opintopäivien ohjelma tarjoaa mielenkiintoisia aiheita muillekin aktiivijäsenillemme. Aiheita ovat muun muassa asuminen, ikääntyneitä koskevan lainsäädännön uudistaminen sekä hyvinvointitalous. **Kurssin hinta: 220 € (puolihoito) ja 240 € (täysihoito). Ilmoittautuminen 4.9. mennessä.**

Yhdistysviestinnän kurssi 11.–13.10. (2 vrk). Seinäjoki, hotelli Alma

Kurssi on tarkoitettu yhdistysten tiedottajille sekä kaikille, jotka tarvitsevat viestintätaitoja toiminnassaan. Tiedottamisen perusasioiden lisäksi aiheina ovat sähköinen tiedonvälitys ja media: esimerkiksi toimivien kotisivujen ominaisuudet. Oma kone mukaan. (Varsinainen kotisivukurssi pidetään erikseen.) Kouluttajat: Tuomas Talvila ja Aaron Kallinen. **Kurssin hinta: 300 €.**

Jäsenrekisterikurssi 11.–13.10. (2 vrk). Seinäjoki, hotelli Alma

Kurssi on tarkoitettu yhdistysten puheenjohtajille ja jäsensihteereille. He saavat kurssin jälkeen jäsenrekisterin käyttäjätunnuksen. Kurssilla opitaan käyttämään ja hyödyntämään jäsenrekisteriohjelmaa sekä tarpeellista tietoa koskien henkilötietojen käsittelyä. Oma kone mukaan. Kurssin vetäjät: Anna Autio ja Ulla Virtanen. **Kurssin hinta: 300 €.**

Musiikkikurssi soittajille ja laulajille 13.–16.10. (3 vrk) Ikaalisten kylpylä

Koulutus on yhdistysten musiikkiryhmien vetäjiä, laulajia ja soittajia varten. Osallistujat harjoittelevat yhdessä musisointia ja saavat uutta ohjelmistoa omaa ryhmäänsä varten. Vetäjinä Sauli Malinen ja Ahti Sepp. **Kurssin hinta: 315 € (puolihoito) ja 360 € (täysihoito).**

Ilmoittautuminen 18.9. mennessä.

Yhdistystoiminnan jatkokurssi 24.–27.10. (3 vrk) Kylpylähotelli Rauhalhti, Kuopio

Sopii peruskurssin käyneille tai muutoin kokeneille yhdistystoimijoille. Aiheita ovat muun muassa johtokuntatyö, yhdistysasiakirjat sekä kokouskäytännöt. Vetäjinä Aaron Kallinen, Anna Autio ja Tiina Rajala. Osittain yhteistä ohjelmaa talouskurssin kanssa. Kurssin hinta: 255 € (puolihoito) ja 300 € (täysihoito). **Ilmoittautuminen 2.10. mennessä.**

Yhdistystalouden jatkokurssi 24.–27.10. (3 vrk) Kylpylähotelli Rauhalhti, Kuopio

Sopii peruskurssin käyneille taloudenhoitajille sekä toiminnantarkastajille. Aiheita ovat muun muassa yhdistyksen vuosikello, taloussääntö, tilinpäätös, toiminnantarkastus sekä kirjanpidon perusteiden kertaus. Oma kone mukaan. Vetäjinä Heli Grönroos ja Kaisu Rämetsä. Osittain yhteistä ohjelmaa yhdistystoiminnan kurssin kanssa. Kurssin hinta: 255 € (puolihoito) ja 300 € (täysihoito).

Ilmoittautuminen 2.10. mennessä.

Alueelliset kurssit

Ikääntyneille sovitettun rivitanssin (SenioRivitanssi) kurssi Espoossa: 12 kokoontumiskertaa ja kaksi oppituntia keskiviikkoisin syyskuusta marraskuuhun, hinta 30 €. Kouluttaja: Kirsi-Marja Vinberg. Tarkemmat tiedot ilmoitetaan myöhemmin.

Kulttuuriaktiivisuuden kurssi 7.9. kello 10–15, Järjestöalo, Tornio. Hinta 20 €, joka sisältää lounaan. Vetäjänä Tiina Flygare. Ilmoittautuminen 18.8. mennessä.

Yhdistykset ja aluejärjestöt voivat tilata järjestöltä muun muassa

- alueellisia verkkosivukursseja
- alueellisia jäsenrekisterikursseja
- alueellisia yhdistystoiminnan ja taloudenhoidon kursseja

Kurssihinnat ja kurssituki

Ilmoitamme kurssihinnat kunkin kurssin kohdalla, koska ne riippuvat kurssipaikasta. Hinnat sisältävät majoituksen kahden hengen huoneessa. Mikäli kurssilainen haluaa majoituksen yhden hengen huoneessa, hänen tulee suorittaa lisämaksu kurssipaikalla. Puolihoitohinnat sisältävät aamiaisen, iltapäiväkahvin ja päivällisen. Täysihoitohinnat sisältävät lisäksi lounaan.

Vähävaraiset yhdistykset voivat hakea kursseille kurssitukea, joka kattaa puolet yhden kurssilaisen kurssimaksusta. Kurssitukea haetaan vapaamuotoisesti kurssille ilmoittautumisen yhteydessä – tukea ei siis voida myöntää jälkikäteen. Tukihakemus tulee merkitä selkeästi hakemuskäytännön tai sähköposti-ilmoitukseen. Asiasta voi tiedustella koulutussuunnittelija Tiina Rajalalta, puh. 040 582 4319.

Kursseille ilmoittautuminen

Kursseille ilmoittaudutaan **kirjallisesti** määräaikaan mennessä Jukka Mustakalliolle: jukka.mustakallio@elakelaiset.fi Voit ilmoittautua myös Eläkeläiset ry:n verkkosivujen kautta täyttämällä sähköisen lomakkeen: [www.elakelaiset.fi/sähköiset](http://www.elakelaiset.fi/sahkoiset) lomakkeet/kurssihakemus.

- Ilmoittautuessa on aina ilmoitettava kurssilaisen yhteystiedot: osoite ja puhelinnumero.
- Ilmoittautumislomakkeessa on mainittava, maksaako kurssilainen itse osallistumisensa vai maksaako sen yhdistys.
- Pyydämme ilmoittamaan myös, valitseeko kurssilainen puoli- vai täysihoidon, jos vaihtoehto on.
- Jos kurssiosallistuminen peruutetaan myöhemmin kuin kaksi viikkoa ennen kurssia (ilman lääkärintodistusta), perimme 30 euron peruutusmaksun.

Kurssikalenteri julkaistaan myös Eläkeläiset ry:n kotisivuilla, joilta näkee mahdolliset muutokset. Lisätietoja kursseista voi kysyä koulutussuunnittelija Tiina Rajalalta, puh. 040 582 4319.

Eläkeläiset ry:n kurssit järjestetään yhteistyössä KSL-opintokeskuksen kanssa.

Muita koulutuksia:

Vanhusneuvostopäivät 11.–13.10. Virroilla

Koulutus järjestetään yhteistyössä EKL:n kanssa ja se on tarkoitettu kuntien ja alueiden vanhusneuvostoissa toimiville jäsenillemme. Teemoina alueiden ja kuntien vanhusneuvostojen rajapinta, järjestöjen toimintaedellytykset sekä ajankohtaista eläketietoa.

Verkosta virtaa

Eläkeläiset ry:n ja Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry:n välisen sopimuksen mukaan jäsenemme voivat osallistua EKL:n Verkosta virtaa -hankkeen koulutuksiin. Niihin pääsee tutustumaan verkostavirtaa.fi -sivuilla. Lisätietoja voi kysyä myös Juha Viitanen, puh. 050 408 3376, sähköposti: juha.viitanen@ekl.fi