

# LEHTIMÄEN OPISTO

5

2

0

2

TUTUSTU OPISTOELÄMÄÄN!

- HAKEMINEN
- OPISKELU
- ASUMINEN
- VAPAA-AIKA
- LYHYTKURSSIT



*Lehtimäen*  
**opisto** EVÄÄT ELÄMÄÄN

# SISÄLTÖ

<b>Opintoja erityistä tukea tarvitseville nuorille ja aikuisille</b>	<b>4</b>
Lehtimäen erityiskansanopisto	6
<b>Hakeminen opintolinjoille</b>	<b>8</b>
Koulutuskokeilun tai yksilöllisen jakson kautta opiskelijaksi	9
<b>Opiskelu erityiskansanopistossa</b>	<b>10</b>
Opetusjärjestelyt, opintokirja ja hoks	11
Opintojen lukukausimaksut ja opintososiaalinen tuki	12
Opiskelu ja asuminen opistolla	13
Valinnaisopinnot	14
Ohjatut vapaa-ajan kerhot	15
<b>Lehtimäen opiston opintolinjat</b>	<b>16</b>
Opistovuosi oppivelvollisille	17
Itsenäistymisopinnot	18
Aikuisopintolinja	19
Työelämäopintolinja TEO	20
Opintosetelijaksot	21
Opiston kesäopintolinja	22
Asumisvalmennusopinnot	23
<b>Kelan järjestämä ja rahoittama kuntoutus</b>	<b>25</b>
Kuntotalon avoterapiapalvelut	26
Perhekurssit 2025	30
<b>Opiston lyhytkurssit</b>	<b>33</b>
Teemaviikonloput	34
Virikekurssit 2025	36

# LEHTIMÄEN OPISTO ON TOIMINUT JO YLI 50 VUOTTA ERITYISTÄ TUKEA JA APUA TARVITSEVIEN HENKILÖIDEN PARISSA.

Toiminnan ylläpitämisluvan on myöntänyt opetus- ja kulttuuriministeriö. Opisto saa valtionosuutta vapaan sivistystyön lain perusteella ja toimii vapaan sivistystyön lain mukaisena oppilaitoksena. Opinnot ovat maksullisia - niihin sisältyy opetus ja täyshoito. Oppivelvollisuuslain piiriin kuuluvien opiskelijoiden koulutus on maksuton.

Opetus- ja kulttuuriministeriön avustus kattaa opetuksen järjestämisen kuluja. Opiskelijoiden tarvitseman henkilökohtaisen avun ja tuen kustannukset kuuluvat hyvinvointialueen vammaispalveluiden piiriin. Henkilökohtaisen tuen määrä arvioidaan moniammatillisessa tiimissä yhteistyössä opiskelijan ja hänet hyvin tuntevien tahojen kanssa (perhe, koulu, sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaiset).

DIAGNOOSIEN MÄÄRÄ JA VAIKUTUS  
TOIMINTAKYKYYN EI OLE ESTE OPPIMISELLE.  
TAVOITTEENA ON LÖYTÄÄ MIELEKÄS ELÄMÄ JA  
KEINOJA ARJEN HELPOTTAMISEKSI.

EVÄÄT ELÄMÄÄN ERITYISKANSANOPISTOSTA.  
OPISKELE JA KUNTOUDU KESKELLÄ  
LUONNONRIKASTA SUOMEA!

TULE KEHITTYMÄÄN YKSILÖLLISESTI YHDESSÄ  
KOHTI ELINIKÄISTÄ OPPIMISTA, SIVISTYSTÄ JA  
HYVÄÄ ELÄMÄÄ!

Oppilaitoksen ylläpitäjä  
on Erityiskansanopiston  
kannatusyhdistys ry. Yhdistyksen  
hallitukseen kuuluu vuosittain  
valittava puheenjohtaja ja  
kuusi kolmivuotiskaudeksi valittua  
jäsentä, jotka ovat opetus- ja  
kuntoutusalan asiantuntijoita.

Lisätietoja Eija Saarimaa, rehtori,  
eija.saarimaa@lehopisto.fi, 0400 351 328





## OPINTOJA ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVILLE NUORILLE JA AIKUISILLE

LEHTIMÄEN OPISTO ON SUOMEN AINOA ERITYISKANSANOPISTO. SE ON ERITYISTÄ TUKEA JA OHJAUSTA TARVITSEVIEN HENKILÖIDEN OPPILAITOS. OPINNOT SUUNNITELLAAN YKSILÖLLISESTI. ETSITÄÄN SOPIVAT RATKAISUT, JOTTA KAIKILLA ON MAHDOLLISUUS OSALLISTUA TOIMINTAKYVYN HAASTEISTA HUOLIMATTA.



Opintojen tavoitteena on lisätä tasa-arvoa ja elämänlaatua, edistää hyvinvointia ja terveyttä sekä ehkäistä yhteiskunnallista ja sosiaalista syrjäytymistä. Opintojen tavoitteena on myös edistää elinikäistä oppimista, persoonallisuuden kehittymistä ja kykyä toimia aktiivisena kansalaisena.

Lehtimäen opiston toimintamalli on ainutlaatuinen. Siihen on yhdistetty kaikki olennaiset elementit, joilla opiskelu on mahdollista myös paljon apua ja tukea tarvitseville henkilöille.

Meillä opiskelee hyvin erilaisissa lähtökohdissa olevia opiskelijoita. Heillä voi olla esim.

- lievä tai vaikea kehitysvamma
- liikuntarajoite
- autismin kirjoja
- haastavaa käyttäytymistä
- mielenterveyspulmia
- monimuotoinen oppimiskyvyn häiriö
- neuropsykiatrinen diagnoosi, johon liittyy merkittävä tuen tarve
- arjen toimintakyvyn merkittävä heikentyminen

Tuen tarve voi olla esim.

- vähäistä apua ja tukea päivittäisissä toimissa
- apua ja tukea kaikissa päivittäisissä toimissa
- toiminnanohjausta
- apua ja tukea opinnoissa oppitunneilla ja/tai vapaa-ajalla

## Toimintamallimme sisältää

- erityisopetuksen
- terveydenhuollon henkilöstön palvelut ympärivuorokautisesti
- ohjattua toimintaa myös iltaisin ja viikonloppuisin
- STEA:n tukemat vapaa-ajan kerhot
- ratsastusta ja vesiliikuntaa viikoittain
- esteettömän ja turvallisen ympäristön
- kuntoutuksen
- fysio-, allas-, toiminta-, musiikki- ja ratsastusterapia
- opistolla on sopimus Kelan kanssa lääkinnällisestä kuntoutuksesta
- opiskelija voi siirtää Kelan myöntämät terapiat opiston avoterapiayksikölle opintojensa ajaksi



Kansanopisto on sisäoppilaitos, jossa opiskelu, asuminen ja vapaa-aika muodostavat pedagogisen opiskelijan kasvua tukevan kokonaisuuden. Asumisen yhteydessä harjoitellaan ohjatusti päivittäistoimia ja oman arjen hallintaa.

Vuosittain pitkillä opintolinjoilla opiskelee noin 80 opiskelijaa ja erilaisilla lyhytkursseilla n. 2000 opiskelijaa. Opiskelijat ovat iältään 16- n. 70 -vuotiaita. Opiskelijoiden toimintakyky vaihtelee lievästä avun tarpeesta hyvin paljon apua ja tukea tarvitseviin. Opisto eroaa ammatillisista erityisoppilaitoksista mm. siinä, että myös viikonloppuisin järjestetään ohjelmaa. Hoivaa ja huolenpitoa on saatavilla ympäri vuorokauden.

Nuorten opintolinjoja ovat Opistovuosi oppivelvollisille ja Itsenäistymisopinnot. Opiskelijan tilanteen mukaan nämä ns. pitkien linjojen opinnot kestävät 1-3 vuotta, mutta voivat tarvittaessa kestää kauemminkin.

Opistovuosi oppivelvollisille -opintolinja on tarkoitettu peruskoulun päättävälle oppivelvollisille erityistä tukea tarvitseville nuorille. Opinnot kestävät 1-3 vuotta opiskelijan tarpeiden mukaan.

Opiston kesäopintolinja on koettu tarpeelliseksi, joten jatkamme kesäopintoja myös tulevana kesänä.

# LEHTIMÄEN ERITYISKANSANOPISTO

Aikuiset voivat valita mm. aikuisopintolinjan tai työelämäopintolinjan TEOn. Näiden opintojen kesto on sovittavissa lukukaudesta lukuvuoden mittaisiin opintoihin, joita voi olla useampikin peräkkäin.

Opistolla järjestetään ns. opintoseteliopinto- jaksoja, joiden pituus on vähintään 8 viikkoa. Opistolla on käytössä opetushallituksen myöntämiä opintosetelejä, joilla jakson opintomaksuja voidaan kohtuullistaa.

Järjestämme myös asumisvalmennusopintoja joiden pituudet vaihtelevat yksilöllisesti. Opistolle on mahdollisuus tulla myös yksilöllisille jaksoille, joiden kesto ja sisältö voidaan sopia asiakkaan tarpeiden mukaan. Asumisvalmennuksen ja yksilöllisten jaksosten hinnat vaihtelevat kurssilaisen avun ja tuen tarpeen mukaan.

## VAATIVA ERITYISTASON OPINNOLLINEN KUNTOUTUS ON

- kokonaiskuntoutuksellista erityisopetusta
- psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista kuntoutusta
- internaattikasvatusta

Vapaa-ajankerhoissa vahvistetaan omia taitoja erilaisissa kerhoissa kuten esim. musiikissa, partiossa tai liikunnassa. Ilma-aseammunta on myös suosittu harrastus. Vapaa-ajankerhoista lisää sivulla 14.

Opiston avoterapiayksikössä on opiskeluun mahdollista sisällyttää omat käynnissä olevat Kelan terapiat kuten fysioterapia, allasterapia, toimintaterapia ja musiikkiterapia. Opiskelijat käyvät viikoittain uimassa opiston uimahallilla ja myös kuntosalia on mahdollisuus käyttää.

Lehtimäen opisto järjestää virikekursseja sekä Kelan kanssa yhteistyössä sopeutumisvalmennuskursseja perheille.

## RATSASTAMINEN

Opisto on tunnettu hevosistaan ja täällä on oma ratsastuskoulu. Opiskelijoilla on halutessaan mahdollisuus ratsastaa viikoittain. Ratsastus on keskeinen osa opiston toimintaa. Kaikki halukkaat pääsevät ratsastamaan. Hevosen selässä rentoutuu, ryhti kohenee, tasapaino kehittyy ja mieliala virkistyy. On mukava päästä metsäpoluille ja paikkoihin, joihin esim. pyörätuolilla olisi vaikea päästä.

*Lehtimäen opistolla on Suomen Ratsastajainliiton hyväksymä ratsastuskoulu ja oma maneesi. Ratsastus ja tallityöt ovatkin tärkeä osa opetusta, kuntoutusta ja harrastustoimintaa.*







## LISÄTIETOJA HAKEMISESTA

- [www.lehtimaenopisto.fi](http://www.lehtimaenopisto.fi),
- [info@lehopisto.fi](mailto:info@lehopisto.fi)
- kurssikoordinaattori  
0400 365 375

# HAKEMINEN OPINTOLINJOILLE JA KURSSEILLE



KELAN KURSSEILLE HAETAAN  
KELAN LOMAKKEELLA KUI04  
VAATIVA KUNTOUTUS) TAI KUI32  
(HARKINNANVARAINEN KUNTOUTUS).

KELAN HAKEMUKSEEN  
LIITTEEKSI VOIMASSA OLEVA  
KUNTOUTUSSUUNNITELMA.HAKEMUKSET  
TOIMITETAAN KOTIKUNNAN KELAN  
TOIMISTOON.



# KOULUTUSKOKEILUN TAI YKSILÖLLISEN JAKSON KAUTTA OPISKELIJAKSI

Koulutuskokeilijalle laaditaan henkilökohtainen ohjelma jakson ajaksi. Kokeilun aikana selvitetään opiston soveltuvuus opiskelupaikaksi, avun ja tuen tarve sekä kokeilijan mahdollisuudet tulla valituksi opiskelemaan.

Koulutuskokeilu on noin viikon mittainen jakso, jonka aikana tutustutaan opistoon ja sen tarjoamiin opiskelumahdollisuuksiin. Kokeilun aikana osallistutaan oppitunneille, vapaa-ajantoimintoihin ja muuhun sisäoppilaitoselämään.

Koulutuskokeilujakso on maksuton. Jakso sisältää opetuksen ja täysihoidon. Koulutuskokeilija maksaa itse matkat ja mahdolliset lääkkeet.

Opistolle voi tulla myös sovitusti 1–3 viikon yksilölliselle jaksolle, jonka aikana tutustutaan opiston tarjoamiin opiskelumahdollisuuksiin.

## KEVÄÄN 2025

### KOULUTUSKOKEILUJAKSOT:

vko 3 13.–17.1.2025  
vko 7 10.–14.2.2025  
vko 12 17.–21.3.2025  
vko 15 7.–11.4.2025  
vko 20 12.–16.5.2025

NUORTEN OPINTOLINJOILLE HAETAAN KOULUTUSKOKEILUJEN KAUTTA. NUORTEN JA NUORTEN AIKUISTEN OPISKELUMAHDOLLISUUDET KARTOITETAAN KOULUTUSKOKEILUISSA.

HUOM! MUILLE LINJOILLE JA OPINTOJAKSOILLE SEKÄ VIRIKEKURSSEILLE HAKULOMAKKEET OPISTON KOTISIVUILLA [https://www.lehtimaenopisto.fi/opiskelu/hakulomake\\_opintolinjoille/](https://www.lehtimaenopisto.fi/opiskelu/hakulomake_opintolinjoille/)

OPISTOVUOSI OPPIVELVOLLISILLE -OPINTOLINJALLE YHTEISHAKU 18.2.-18.3.2025 SEKÄ JATKUVA HAKU.

Jarmo Heikkilä  
opiskelijahuoltaja  
0400 364 963  
jarmo.heikkila@lehopisto.fi

Sami Leppäkangas  
kurssikoordinaattori  
0400 365 375  
sami.leppakangas@lehopisto.fi

Eija Saarimaa, rehtori  
0400 351 328  
eija.saarimaa@lehopisto.fi



## HENKILÖKOHTAINEN AVUSTAJA

Avun ja tuen tarve on yksilöllistä. Avustajakulut haetaan henkilökohtaisen avun ja tuen tarpeen perusteella. Paljon apua ja tukea tarvitsevat opiskelijat hakevat vammaispalvelulain mukaista henkilökohtaista apua hyvinvointialueen vammaispalveluista vastaavalta taholta. Hakemuksen tekemisestä vastaa opiskelija ja/tai opiskelijan vanhemmat/huoltajat. Opisto voi tarvittaessa avustaa näiden hakemusten laatimisessa.

# OPISKELU ERITYISKANSANOPISTOSSA



Vapaa-ajantoiminnoissa ja yhteiskunnallisessa osallistumisessa avustamiseen haetaan tukea vähintään minimimäärä 30 h/kk. Lisäksi sovitaan erikseen korvaukset muuttovalmennuksesta ja erityisestä tuesta.

Vammaispalvelulain mukaisen avustajan saamisen ehtona on, että hakijalla katsotaan olevan voimavaroja määrätellä avun tarve ja toteuttamistapa.

Kehitysvammaisten erityishuoltona vanhemmat ja huoltajat hakevat palveluita, joiden tavoitteena on työhön sijoittuminen, asumiseen tai muuhun vastaavaan yhteiskunnalliseen sopeuttamiseen pyrkivään toimintaan osallistuminen.

# OPETUSJÄRJESTELYT, OPINTOKIRJA JA HOKS

## OPETUSSUUNNITELMA

Opintolinjojen opetussuunnitelma on kurssimuotoinen. Jokaisella opinto-linjalla on oma opetussuunnitelma. Lukuvuoteen sisältyy kolme n. 13 viikkoa kestävää opintojaksoa ja opetusta noin 1300 tuntia. Opintojen sisällöt perustuvat kansanopistojen oppimateriaalin kunnostuksen suosituksen mukaisesti osa-alueisiin. Kaikille opiskelijoille laaditaan henkilökohtainen lukujärjestys.

## VALINNAISKURSSIT

Osa opinnoista koostuu valinnaiskursseista, joita opiskelija valitsee oman kiinnostuksensa mukaan täydentämään opintojaan. Valinnaiskursseina on muun muassa tieto- ja viestintätekniikan kurssit, kielikurssit, kuvataidetta, kädentaitoja, ihmissuhde- ja musiikkikurssit sekä kotitalouteen liittyviä kurssit. Uusia kurssit voidaan sisällyttää ohjelmaan pitkin vuotta tarpeen mukaan.

## OPINTOKIRJA

Opintolinjoille hakijat saavat opintokirjan kurssivalintojen tekemistä ja opiskelun tavoitteiden määrittelyä varten.

Opintokirjaan kootaan yhteystiedot sekä opiskelijahuoltoon ja terveydenhoitoon liittyvät asiat. Koulutuskokeilussa olleille opintokirja lähetetään opiskelupaikka-varmistuksen mukana.

## HOKS

Jokaiselle nuorten opintolinjojen opiskelijalle tehdään HOKS, henkilökohtainen osaamisen kehittämissuunnitelma. Sen pohjaksi pyritään saamaan opiskelijan ja hänen vanhempiansa suostumuksella edellisessä oppilaitoksessa laadittu HOJKS tai ns. siirto-HOJKS, josta ilmenee aikaisempaan opiskeluun liittyvät asiat.



# OPINTOJEN LUKUKAUSIMAKSUT JA OPINTOSOSIAALINEN TUKI

OPISTOVUOSI OPPIVELVOLLISILLE ON MAKSUTON, MUTTA MUILLA OPINTOLINJOILLA ON LUKUKAUSIMAKSU. LISÄKSI OPISKELIJAT MAKSAVAT ITSE KOTIMATKANSA, OPISKELUMATERIAALIT JA KÄSITYÖTARVIKKEET SEKÄ MAHDOLLISET LÄÄKKEET. LISÄTIETOJA MAKSUISTA SAA NETTISIVUILTAMME (OPISKELIJAN OPAS) JA OPISTON TOIMISTOSTA.

Opintojen rahoittamiseen on mahdollista hakea Kelalta nuorten kuntoutusrahaa, joka on tarkoitettu 16–19 -vuotiaille eläkkeelle siirtymisen ehkäisemiseksi ja ammatillisen kuntoutuksen varmistamiseksi.

Nuorten kuntoutusraha myönnetään kun

- nuoren työkyky tai mahdollisuudet valita ammatti ja työ ovat heikentyneet sairauden tai vamman vuoksi
- nuori tarvitsee erityisiä tukitoimia opiskelussa tai muussa kuntoutuksessa
- nuoren kuntoutus perustuu kotikunnassa laadittuun henkilökohtaiseen opiskelu- ja kuntoutumissuunnitelmaan (KHOPS)

Kuntoutusrahan saamiseksi nuorelle tulee kotikunnassa laatia henkilökohtainen opetus- ja kuntoutumissuunnitelma (KHOPS) yhteistyössä kuntoutujan, hänen huoltajansa ja tarvittaessa muiden asiantuntijaviranomaisten kanssa. Suunnitelmasta tulee ilmetä tiedot nuoren ammatillisen kuntoutumisen mahdollisuuksista ja tavoitteista sekä suunnitelma opiskelun järjestämisestä ja toteuttamisesta.

Nuoren kuntoutusrahaa haetaan Kelalta lomakkeella KU112. Liitä hakemukseen nuoren kuntoutusrahalomake (KU111), henkilökohtainen opiskelu- ja kuntoutumissuunnitelma (nuorten kuntoutusraha) sekä B-lääkärinlausunto. Nuorten kuntoutusrahan lisäksi opiskelija voi hakea Kelalta myös Kuntoutus- ja kuntoutusrahain 6 §:n mukaista ammatillista kuntoutuspäätöstä Kelan lomakkeella KU101. Opiskelulla tulee olla ammatilliseen koulutukseen valmentava tavoite ja suunnitelma koulutuksen toteuttamisesta kuten nuorten kuntoutusrahahakemuksessakin. Kuntoutusraha- ja kuntoutuslain 6 §:n mukaiset hakemukset käsitellään kotipaikkakunnan Kelan toimistossa.

Opintotukea voivat hakea opiskelijat, joilla ei ole työkyvyttömyyseläkettä. Myös opintotukea haetaan Kelan kautta. Edellä mainituista Kelan etuuksista lisätietoja saa paikallisesta Kelan toimistosta. Vammaispalvelulain mukaista sopeutumisvalmennusta voi hakea kotikunnan sosiaalitoimen kautta.

# OPIKELU JA ASUMINEN OPISTOLLA

Lehtimäen opisto on erityiskansanopisto ja sisäoppilaitos. Opiskelu, asuminen ja vapaa-aika muodostavat pedagogisen opiskelijan kasvua ja kehittymistä tukevan kokonaisuuden. Opiskelijat asuvat opiskelija-asuntolassa. Jokaisella opiskelijalla on oma huone.

Opiskelijat saavat ohjausta myös vapaa-aikaan ja harrastuksiin. Opistolla on ohjattua toimintaa arki-iltoina sekä viikonloppuisin perjantai-illasta sunnuntai-iltaan.

Opiston päätalo ja kaikki opiskelija-asunnot on peruskorjattu viime vuosien aikana. Yhdyskäytävä helpottaa opiskelijoiden liikkumista asumisvalmennusyksikkö Asvan ja päätalon välillä. 7-paikkainen asumisvalmennusyksikkö valmistui kesällä 2020. Myös uimahalli/kuntotalon pukuhuone-, pesu- ja saunatiloja on saneerattu.

## OPINTOJEN LUKUKAUSIMAKSUT

Oppivelvollisuuskoulutus on maksuton

Itsenäistymisopinnot 126 €/vko

Aikuisopinnot 90 €/vko

Työelämäopinnot TEO 90 €/vko

Opintoseteliopinnot 70 €/vko

Asumisvalmennusjaksot (\*)

Yksilölliset jaksot (\*)

\* Lisätietoa Jarmo Heikkilä 0400 364 963



# VALINNAISOPINNOT

PITKIEN OPINTOLINJOJEN OPINTOIHIN KUULUU MYÖS VALINNAISKURSSEJA, JOITA KUKIN OPISKELIJA VALITSEE OMAN KIINNOSTUKSENSA MUKAAN TÄYDENTÄMÄÄN MUITA OPINTOJA. UUSIA KURSSEJA VOIDAAN OTTAA OHJELMAAN PITKIN VUOTTA TARPEEN MUKAAN.

Keskeisinä toimintaperiaatteina on kokonaisvaltaisuus ja toiminnallisuus. Opetuksen tavoitteena on antaa opiskelijalle mahdollisuus opiskella juuri hänen elämäntilanteessaan tarpeellisia tietoja ja taitoja.

Tavoitteena on motivoida ja valmistaa opiskelijaa mahdollisia jatko-opintoja varten, totuttaa opiskelijaa omatoimisuuteen ja valintatilanteisiin. Joillekin opiskelijoille sopii työvaltainen opiskelu.

Tavoitteena on myös vahvistaa opiskelijan persoonallisia lahjoja ja hänen vahvoja alueitaan kehittämällä itseohjautuvuutta ja itsearviointia.

Opiskelija voi valita lukuvuoden opintoihin n. 6 valinnaiskurssia. Yhden kurssin kesto on n. 25 tuntia (= 1 opintopiste, op).

Kotitalouteen liittyvät kurssit ovat usein kestoaltaan n. 50 tuntia (2 opintopistettä). Huom! Kotitalousaiheisia valinnaiskursseja on mahdollista valita vain 1/lukuvuosi.

Valittavana on mm.

- leivontakurssi
- mikroruoat
- nuorten juhlat
- kansainvälinen keittiö
- painonhallinta
- puutarha- ja pihatyöt
- luonto ja ympäristö
- luonnonsuojelu ja kierrätys
- kuvataide
- luova toiminta
- valokuvaus
- kirjallisuus
- kirjapaja
- toimittajakurssi
- Tikas -tietotekniikkakurssi
- raha ja aika
- historia
- maailman ympäri
- musiikki
- bändikurssi
- kuvionuoteista soittaminen
- musiikkiliikunta
- entisöinti ja tuunaus
- tekstiilityöt ja kädentaidot
- kuntosali
- työharjoittelu
- englannin alkeiskurssi
- englannin jatkokurssi
- ruotsin alkeiskurssi
- kommunikaatiokansio
- tukiviittomat



# OHJATUT VAPAA-AJAN KERHOT

OPISKELIJAT SAAVAT OHJAUSTA MYÖS VAPAA-AIKAAN JA HARRASTUKSIIN LIITTYVISSÄ ASIOISSA. RATSASTUSTA JÄRJESTETÄÄN KAIKILLE OPISKELIJOILLE OPINTOJEN AIKANA. OPISTOLLA JÄRJESTETÄÄN OHJATTUA VAPAA-AJAN TOIMINTAA MM. ALLA LUETELLUISSA KERHOISSA. OPISKELIJOIDEN TOIVEESTA VOIDAAN ALOITTA MYÖS UUSIA KERHOJA.

Vapaa-ajanohjauksesta vastaa kaksi päätoimista vapaa-ajanohjaajaa muun henkilökunnan avulla. Iltaisin opistolla toimii erilaisia kerhoja kuten sisupartio, keräilijäkerho, musiikkikerho ja sählykerho. Teatteritiimi valmistaa ohjelmia juhliin ja eri tilaisuuksiin sekä myös opiston ulkopuolella esitettäväksi. Yhteistyössä Lehtimäen Ampujien kanssa harjoitellaan ilma-aseammuntaa.

Opiskelijakunta järjestää erilaisia tempauksia muun muassa liikuntapäiviä, itsenäisyyspäivätanssiaiset, discoja sekä elokuva- ja konserttiretkiä. Opiskelijakunta kerää varoja toimintaansa järjestäen arpajaisia, kirpputorin ja pitäen kahviota henkilökunnan avustamana.

- vammaisratsastus
- hevoskerho
- sisupartio
- teatteritiimi
- käsityökerho
- liikuntakerho
- aistivirikekerho
- kirjastoasiointi
- keräilijäkerho
- musiikkikerho
- ilma-aseammunta
- elokuvakerho
- bänditoiminta
- lemmikkieläinkerho
- karaokeilta

Ratsastuskoululla on mahdollisuus osallistua ratsastusryhmiin sekä valmentautua kilpailuihin. Uimahalli ja kuntosali ovat myös iltaisin ja viikonloppuisin opiskelijoiden käytössä.

Vapaa-ajantiloissa voi muun muassa pelata pöytätennistä, biljardia, lautapelejä, askarella, kuunnella musiikkia tai olla vain yhdessä.





OPISTOVUOSI OPPIVELVOLLISILLE  
ITSENÄISTYMISSOPINNOT  
AIKUISOPINTOLINJA  
TYÖELÄMÄOPINTOLINJA  
OPINTOSETELIJAKSOT  
OPISTON KESÄOPINTOLINJA  
ASUMISVALMENNUSJAKSOT  
YKSILÖLLISET JAKSOT

## OPINTOLINJAT



Lisätietoja

Eija Saarimaa, rehtori  
0400 351 328, [eija.saarimaa@lehopisto.fi](mailto:eija.saarimaa@lehopisto.fi)

Virpi Lahti, apulaisrehtori,  
0400 384 093, [virpi.lahti@lehopisto.fi](mailto:virpi.lahti@lehopisto.fi)

# OPISTOVUOSI OPIVELVOLLISILLE

ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVA NUORI!

TULE SUORITTAMAAN OPIVELVOLLISUUTESI PÄÄTÖKSEEN LEHTIMÄEN OPISTOLLA!

Oppivelvollisuus laajeni vuonna 2021 ja korotti oppivelvollisuusiän 18 vuoteen. Lehtimäen opistolla on ylläpitämislupansa mukaisesti pääasiallisena koulutustehtävänä järjestää opetusta vaikeasti vammaisille nuorille ja aikuisille. (Laki vapaasta sivistystyöstä annetun lain muuttamisesta 25 b §.)

Oppivelvollisuuden laajenemisen myötä sinulla on mahdollisuus jatkaa opiskelua kansanopistojen pitkillä opintolinjoilla maksuttomasti! Koulutuksen tavoitteena on vahvistaa erityistä tukea tarvitsevan nuoren elämännhallintataitoja ja antaa valmiudet itsensä jatkuvaan kehittämiseen.

Opintojen aikana vahvistetaan nuoren oppimisvalmiuksia, elämänsuunnittelu-taitoja, opiskelu- ja työelämätaitoja, pyritään tunnistamaan oppimisen vaikeudet, tuetaan nuoren kykyä tehdä tulevaisuutta koskevia suunnitelmia ja autetaan nuorta löytämään motivaationsa.

Opiskelijan tarpeiden mukaan opintoihin sisältyy opinto-ohjaus, opiskelijahuollon palvelut, ohjattu asuminen sekä Lehtimäen opiston toimintamallin mukaiset palvelut (kts. s. 5). Opiskelijalle laaditaan henkilökohtainen osaamisen kehittämissuunnitelma HOKS, jossa huomioidaan opiskelijan henkilökohtaiset tavoitteet ja valmiudet.

Koulutus koostuu seuraavista osaamis-kokonaisuuksista:

- arjen taidot ja elämännhallinta
- opiskelu-, itsetuntemus- ja työelämätaidot
- vuorovaikutus- ja viestintätaidot
- matemaattiset perustaidot ja ongelmanratkaisutaidot
- aktiivinen kansalaisuus
- opiskelu- ja urasuunnittelutaidot
- valinnaiset suuntautumisopinnot

Koulutuksen kesto on enimmillään 3 vuotta. Koulutuksen pituuteen vaikuttaa mm. opiskelijan henkilökohtaiset tavoitteet ja valmiudet. Koulutuksen laajuus on 40 opintoviikkoa. Koulutus alkaa 4.8.2025. Koulutuksen voi sovittaessa aloittaa myös kesken lukukauden.

Opistovuosi oppivelvollisille -opintolinjalle haetaan kevään yhteishaussa 18.2.-18.3.2025. Opintolinjalle voi hakea myös jatkuvan haun kautta.

Lisätietoja

opiskelijahuoltaja Jarmo Heikkilä

0400 364963 tai

kurssikoordinaattori Sami Leppäkangas

0400 365 375



# ITSENÄISTYMISSOPINNOT

OPINTOJEN TAVOITTEENA ON HANKKIA VALMIUKSIA OMAAN MIELEKKÄÄSEEN ARKEEN JA PSYKKISEEN, FYYSSISEEN SEKÄ SOSIAALISEEN HYVINVOINTIIN. HYVINVOINNIN OPINNOISSA PAINOTTUVAT ITSEHOITO, ELÄMÄN SISÄLTÖÄ RIKASTUTTAVAT HARRASTUKSET JA AKTIIVISEN OSALLISUUDEN HARJOITTELU. LUKUVUOSI 4.8.2025–12.6.2026.

Opintolinjalla opiskellaan *arjenhallintataitoja ja hyvinvoinnin opintoja*.

*Itsenäistymisen ja arjen hallintataitojen* opinnoissa painotetaan

- itsenäistymistä ja kodista irtaantumista
- asumisessa tarvittavia tietoja ja taitoja
- osallistumista työ- ja harrastustoimintaan
- itsehoitoa ja henkilökohtaista hyvinvointia
- aktiivista osallisuutta sekä omassa lähiyhteisössä että yhteiskunnan jäsenenä

*Hyvinvoinnin opintojen* tavoitteena on

- itsetuntemuksen lisääntyminen
- omien vahvuksien ja kehitettävien alueiden tunnistaminen
- vuorovaikutustaitojen vahvistuminen ja terveellisten elämäntapojen omaksuminen

*Tiedollisten valmiuksien opinnot* sisältävät arjen äidinkielen ja matematiikan sekä tietoyhteiskuntataitojen opintoja.

Opinnoissa painottuvat asumisessa tarvittavat tiedot ja taidot, oman arjen rutiinien sisäistäminen kuten säännöllinen vuorokausirytmii, työn, opiskelun, kodintöiden, vapaa-ajan ja levon rytmittäminen, terveellinen ruokailu, puhtaus ja viihtyisyys sekä asiointi ja rahan käyttö.

Opintoja voidaan painottaa

- kotitalouteen
- kädentaitoihin ja tekstiilityöhön
- tekniseen työhön
- hevostalouteen tai
- yksilöllistettyihin opintokokonaisuuksiin

*Valinnaisopinnot ja vapaa-ajan kerhot* kuuluvat olennaisena osana opintoihin.

Valinnaisopinnoista ja vapaa-ajan kerhoista koottu esite löytyy esim. opiston kotisivuilta, lisätietoja myös s. 14–15.)

# AIKUISOPINTOLINJA

AIKUISOPINTOLINJA ON TARKOITETTU ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVILLE AIKUISILLE. SAAT UUTTA SISÄLTÖÄ ARKEEN JA VOIT TAVATA UUSIA JA VANHOJA YSTÄVIÄ. OPINTOJEN AIKANA SINULLE TEHDÄÄN ARVIO FYYSISESTÄ, PSYYKKISESTÄ JA SOSIAALISESTA TOIMINTAKYVYSTÄ. KARTOITUKSEN POHJALTA ANNETAAN OHJAUSTA OMAN HYVINVOINNIN YLLÄPITOON.  
LUKUVUOSI 4.8.2025–12.6.2026.

*Aikuisopintolinja ei suinkaan ole perinteistä opiskelemista. Meillä on mahdollisuus opiskella haluamiamme aineita eli voimme vaikuttaa omiin lukujärjestyksiimme ja tällä tavoin saada mahdollisimman paljon eväitä omaan arkeen. Saamme käyttöömmme henkilökohtaisen tablettitietokoneen opintojen ajaksi. Aika monella meillä on oma laite, jonka käyttöä harjoittelemme.*

*Oman arjen kannalta tärkeitä asioita on kotitalous, asumisvalmennus ja asiointi. Olemme opiskelleet myös äidinkieltä ja matematiikkaa, mutta nekin liittyvät arkeen. Matikantunnilla olemme esimerkiksi harjoitelleet rahankäyttöä ja suorittaneet hintavertailua. Lisäksi meillä on ollut mahdollisuus osallistua mm. musiikin tunneille, tekniseen työhön ja erilaisiin vapaa-ajan kerhoihin ja -toimintoihin.*

*Teemme myös muutamia retkiä ja tutustumiskäyntejä eri kohteisiin lukuvuosittain – olemme käyneet mm. keilaamassa Kuortaneella sekä teatterissa Seinäjoella.*

*Meillä aikuisopiskelijoilla on lisäksi aivan omia projekteja. Meillä on ollut valokuvausprojekti, joka liittyi vanhaan aikaan. Yhtenä lukuvuonna kävimme Soinissa tutustumassa Wanhan ajan päivien miljööseen. Meillä on ollut myös taide- ja Suomi 100 -projektit, virtuaalimatkailuun sekä kasveihin liittyvät projektit. Olemme olleet myös pari kertaa järjestämässä kevätkonserttia, jossa esiintyjänä oli Helmenkalastajat. Olemme myös tehneet opistolle lautapelin juhluvuoden kunniaksi. Olemme toimittaneet Nasta -lehteä sekä julkaisseet blogia nimeltä Erityisen huikeet mestoilla. Näistä vuosittain vaihtuvista projekteista opimme paljon uusia asioita.*

*Opiskelun aikana opimme käyttämään uusimpia tietotekniikan sovelluksia arjen hallinnassa, meitä kannustetaan uusien harrastusten pariin ja hyödynnämme vertaistukea elämönhallinnassa. Opiskelun sisällöt suunnitellaan ajankohtaisten tarpeidemme mukaan. Oppimis- ja arviointimenetelmänä käytetään oppimispäiväkirjaa ja portfolioa ns. oppimiskansiona.*

# TYÖELÄMÄOPINTOLINJA TEO

TYÖELÄMÄOPINTOLINJA ON TARKOITETTU MM. ERITYISAMMATTIOPPILAITOKSESTA VALMISTUNEILLE, JOTKA EIVÄT VIELÄ OLE LÖYTÄNEET PAIKKAANSA TYÖELÄMÄSSÄ JA HALUAISIVAT TYÖKOKEMUSTA. OPINTOLINJALLE VOIVAT HAKEUTUA MYÖS ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVAT AIKUISET, JOILLA ON HALU PÄÄSTÄ KOKEILEMAAN TYÖELÄMÄÄ LAAJEMMINKIN KUIN KOTIKUNNAN TYÖ- JA PÄIVÄTOIMINNASSA. LUKUVUOSI 4.8.2025–12.6.2026.

## Opintojen ja työkokkeilujen tavoitteena on

- osallistua työelämään ja saada kokemuksia ja elämyksiä työstä
- vahvistaa elämönhallintataitoja kuten esim. työn merkitys fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin lisääjänä
- kartuttaa työelämässä tarvittavia tietoja, taitoja ja valmiuksia kuten esim.
  - konkreettinen suoriutuminen työtehtävästä
  - työn suunnittelu ja työn laatu
  - ajankäyttö, työturvallisuus ja
  - vuorovaikutus työyhteisön ja asiakkaiden kanssa

Opiskelijat pitävät päiväkirjaa ja kuvaavat työkokemuksiaan tekstinä, videona ja kuvina.

Työelämäjakson hyväksytystä suorituksesta saa TEO-passin, johon kirjataan mm. työpaikka, työtehtävät ja työn kesto sekä todistuksen muista suoritetuista opinnoista. Opiston ohjaaja on työpaikoilla mukana. Työtehtävät suunnitellaan ja sovitaan yhteistyössä työnantajan kanssa.

Työelämän yhteistyökumppaneina on Järvi-Pohjanmaan alueella (Alajärvi, Lehtimäki, Soini) useampia yrityksiä mm. Kohiwood Oy, EJ-Tarhat Oy, S-market Lehtimäki sekä Järviseudun ammatti-instituutti JAMI ja tietysti Lehtimäen opiston omat yksiköt kuten kiinteistö, keittiö ja ratsastuskoulu.



# OPINTOSETELIJAKSOT

OPETUSHALLITUS MYÖNTÄÄ VUOSITTAIN VAPAAN SIVISTYÖN LAIN MUKAISIIN OPINTOIHIIN OPINTOSETELEJÄ. OPINTOSETELIEN AVULLA OPPILAITOKSILLA ON MAHDOLLISUUS KOHTUULLISTAA ERITYISRYHMIEN OPISKELIJOILTA PERITTÄVIÄ MAKSUJA. LEHTIMÄEN OPISTO OHJAA OPINTOSETELEJÄ SELLAISILLE VAMMAISILLE HENKILÖILLE, JOIDEN OSALLISTUMINEN OPISKELUUN EI TALOUDELLISESTI MUUTOIN OLISI MAHDOLLISTA.

Opintoseteliopintojen tavoitteena on tukea elinikäisen oppimisen periaatteiden mukaisesti erityisoppijaa elämän nivelvaiheissa sekä luoda mahdollisuuksia tietojen ja taitojen päivittämiseen koko elämänkaaren ajan.

Oppimissisällöt räätälöidään jokaisen henkilön ajankohtaisten tarpeiden mukaan hyödyntäen tarjolla olevia opiskeluaineita, moniammatillisen henkilökunnan asiantuntemusta ja sisäoppilaitoksen sosiaalipedagogisia mahdollisuuksia.

Opinnot kestävät vähintään 8 viikkoa. Jakso voi ajoittua myös yksilöllisesti. Opiskelijoille laaditaan henkilökohtainen opiskelusuunnitelma, jossa keskitytään sillä hetkellä ajankohtaisiin asioihin.

Jaksolla voi opiskella tietoyhteiskunta-taitoja, kädentaitoja, kotitaloutta ja muita opiston opinto-ohjelmaan kuuluvia aineita sekä suorittaa Tikas-opintoja tietotekniikassa. Sama henkilö voi osallistua opintosetelijaksolle kerran kolmessa vuodessa.

**Opetushallituksen tukemat  
opintojaksot 70 €/viikko**

**OPINTOSETELIJAKSOT 2025**

**7.1.–21.3.2025**

**24.3.–6.6.2025**

**4.8.–10.10.2025**

**20.10.–19.12.2025**

**Lisätietoa opintosetelijaksoista ja  
kustannuksista:**

Jarmo Heikkilä, opiskelijahuoltaja  
0400 364 963  
jarmo.heikkila@lehopisto.fi

Virpi Lahti, apulaisrehtori  
0400 384 093,  
virpi.lahti@lehopisto.fi



# OPISTON KESÄOPINTOLINJA

Lehtimäen opisto järjesti Kesäopintolinjan kokeilumuotoisena ensimmäisen kerran kesällä 2020. Osa opiskelijoistamme jatkoi opiskelua kesän ajan opistolla. Seuraava kesäopintolinja on 9.6.-3.8.2025.

Opintolinjalla keskitytään teemallisesti asioihin, joiden opetteluun nimenomaan kesäaika mahdollistaa tiedollisesti, taidollisesti ja toimintakyvyn osalta.

Opintojen tavoitteena on fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen elämänhallinnan ja toimintakyvyn parantuminen huomioiden opiskelijan yksilölliset toiveet. Oppimis- ja arviointimenetelmänä käytetään oppimispäiväkirjaa.

Kohderyhmää ovat

- opiston talven opintolinjojen opiskelijat, joiden on vaikea löytää kesänajalle mielekästä, ohjattua ja tavoitteellista tekemistä.
- sellaiset nuoret ja aikuiset henkilöt, joiden on vaikea irrottautua talviaikaan opiston pitkille opintolinjoille.

Opintolinjan maksu on 126 €/vko. Se sisältää opiskelun, asumisen ja ruoat. Opiskelijan kotikunta maksaa, kuten muillakin opintolinjoilla, opiskelijan henkilökohtaisen avun osuuden, mikäli henkilö ei pärjää ryhmäkohtaisen avustajan turvin ja avun tarve on todennettu aikaisemmin koulussa, opiskelussa tai asumispalveluissa.

Kesäopintolinjan kesto on vähintään 8 opintoviikkoa eli se on yksi opiston pitkistä opintolinjoista.



# ASUMISVALMENNUSOPINNOT

LEHTIMÄEN OPISTOLLA JÄRJESTETÄÄN ASUMISEEN LIITTYVIÄ OPINTOJA HENKILÖILLE, JOIDEN TAVOITTEENA ON ITSENÄISTYMISEN JA AIKUISTUMISEN MYÖTÄ SIIRTYÄ OMAAN KOTIIN – LÖYTYYPÄ KOTI SITTEN RYHMÄMUOTOISESTA ASUMISESTA, PALVELUASUMISESTA TAI ERILLISESTÄ ASUNNOSTA.

Asumisvalmennuksessa harjoitellaan elämän- ja arjenhallintaa kuten päivittäistoimintoja, kodin hoitamista, ihmissuhdetaitoja, työssä ja työtoiminnassa käymistä sekä vapaa-ajan käyttöä.

Jakson aikana kartoitetaan apuväline- ja avuntarve sekä henkilölle mahdollisimman hyvin sopiva asumismuoto yhteistyössä hänen läheistensä, tulevan asumispaikan ja kotikunnan kanssa.

Asumisvalmennusjakson toteutumisesta vastaa moniammatillinen työryhmä, johon kuuluu asumisvalmennuksesta vastaava ohjaaja, toimintaterapeutti, vastuuhjaajat ja terveydenhoitaja sekä fysioterapeutti ja opiskelijahuoltaja. Asumisvalmennusjakson pituus määräytyy asiakkaan tilanteen ja tarpeen mukaan.

Asumisvalmennusyksikkö on osa kansanopiston sisäoppilaitosta ja asumisvalmennuksessa olevat opiskelijat osallistuvat yhteisiin vapaa-ajantoimintoihin sekä käyttävät kuntotalon ja ratsastuskoulun palveluja.

Jokaisella opiskelijalla on omat henkilökohtaiset tavoitteensa, joiden mukaan laaditaan hänen päiväohjelmansa. Ohjelmaan liitetään myös tiedollisten valmiuksien opintoja kuten äidinkieltä, matematiikkaa, tieto- ja viestintätekniikkaa sekä opiskelijaa kiinnostavia harrastustavoitteisia valinnaiskursseja. Esimerkiksi tieto- ja viestintätekniikan opinnoissa voi hankkia lisävalmiuksia tietotekniikan hyödyntämiseen arjessa tai kädentaitojen opinnoissa löytää uusia harrastusmahdollisuuksia ja sisältöä elämään.

Opiskelun edetessä arvioidaan asiakkaan toimintakykyä, avun tarvetta ja muotoa sekä mahdollisia apuvälineitä. Jakson aikana tavoitteita ja päiväohjelmaa tarkennetaan ja muutetaan vastaamaan asiakkaan tilannetta.

Kotikuntaan ollaan yhteydessä asumisen jatkosuunnitelmista, mahdollisesti tarvittavista apuvälineistä ja henkilökohtaisesta avusta. Opiskelijoille järjestetään tarvittaessa muuttovalmennusta yhdessä tulevan asumispaikan kanssa.

## Asumisvalmennusyksikön tilat

Vuonna 2002 ja 2007 valmistuneissa asumisvalmennusyksiköissä on kaksikymmentä 22,5–28 m<sup>2</sup> kokoista huonetta wc- ja suihkutiloineen, jotka soveltuvat myös liikuntarajoitteisille henkilöille. Huoneet on varustettu eriasteisilla ympäristönhallintalaitteilla, kahdessa huoneessa on oma pienoiskeittiö. Keittiö-, oleskelu-, vaatehuolto- ja kodinhoitotilat ovat yhteisessä käytössä. Asumisvalmennusyksikössä on myös pieni sauna, joka on yhteisessä käytössä. Oleskelutiloissa on takka, tv/videot/dvd sekä internetyhteys ja tietokone.

Vuonna 2020 valmistui 7-paikkainen asumisvalmennusyksikkö päärakennuksen välittömään läheisyyteen.

Lisätietoa asumisvalmennusjaksoista ja kustannuksista

Opiskelijahuoltaja Jarmo Heikkilä  
jarmo.heikkila@lehopisto.fi  
0400 364 963

Apulaisrehtori Virpi Lahti  
virpi.lahti@lehopisto.fi  
0400 384 093

## Kustannukset asumisvalmennusyksikössä

Asumisvalmennusjakson vuorokausihinta määritellään ennakkotietojen ja arviointikaavakkeen perusteella. Jakson hintaliukuma alkaa 50 eurosta ja siihen vaikuttaa asiakkaan päivittäisessä elämässä tarvitsema fyysisen avun ja ohjauksen määrä. Hintaan voi vaikuttaa esimerkiksi kommunikoinnin tuen tarve, kuten kuvien ja viittomien käyttö.

Asiakkaan oma osuus muodostuu asumis- ja ruokakustannuksista. Asuminen maksaa 30 €/vk. Hinta sisältää liinavaatteet ja niiden huollon. Varsinaista vuokrasopimusta asiakkaan ei tarvitse tehdä. Ruokailu maksaa 46 €/vk, johon sisältyy päivittäin aamupala, lounas, välipala/päiväkahvi, päivällinen ja iltapala.



LEHTIMÄEN OPISTOLLA  
ON KELAN KANSSA SOPIMUS  
VAIKEAVAMMAISTEN  
LÄÄKINNÄLLISESTÄ  
AVOKUNTOUTUKSESTA.

LEHTIMÄEN OPISTO  
JÄRJESTÄÄ VUOSITTAIN KELAN  
SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSEJA  
VAIKEAVAMMAISILLE LAPSILLE JA  
NUORILLE PERHEINEEN.



## KELAN JÄRJESTÄMÄ JA RAHOITTAMA KUNTOUTUS

### Lisätietoja Kelan kursseista

Fysioterapeutti Eero Savela,  
avoterapiapalveluiden lähijohtaja,  
040 760 8991, eero.savela@lehopisto.fi

Toimintaterapeutti Aino Mannismäki  
040 548 0956, aino.mannismaki@lehopisto.fi  
(työvapaalla)

Toimintaterapeutti Tanja Hauta-aho,  
0400 380 166, tanja.hauta-aho@lehopisto.fi

Rehtori Eija Saarimaa, 040 0351 328,  
eija.saarimaa@lehopisto.fi





# KUNTOTALON AVOTERAPIAPALVELUT

OPISTON TERAPIAOSASTO ON YKSITYINEN TERVEYDENHUOLLON PALVELUNTUOTTAJA. LEHTIMÄEN OPISTOLLA ON SOPIMUS KELAN KANSSA VAIKEAVAMMAISTEN LÄÄKINNÄLLISESTÄ AVOKUNTOUTUKSESTA. TUOTETTAVIA PALVELUITA OVAT TOIMINTATERAPIA, MUSIIKKITERAPIA, FYSIOTERAPIA JA SEN ERITYISMUOTONA ALLASTERAPIA.

OPISTOLLA TUOTETAAN MYÖS NEUROPSYKIATRISTA VALMENNUSTA SEKÄ JALKAHOIDON PALVELUITA. RATSASTUSTERAPIASSA LEHTIMÄEN OPISTO TEKEE YHTEISTYÖTÄ KAHDEN ULKOPUOLISEN PALVELUNTUOTTAJAN KANSSA.

OPISTOLLA TYÖSKENTELEE KAKSI FYSIOTERAPEUTTIA, KAKSI TOIMINTATERAPEUTTIA, KOLME NEUROPSYKIATRISTA VALMENTAJAA JA JALKOJENHOIDON AMMATTITUTKINNON SUORITTANUT HENKILÖ. TERAPEUTIT VASTAAVAT YKSILÖTERAPIOISTA, APUVÄLINE-NEUVONNASTA, ERITYISLIIKUNNASTA JA PÄIVITTÄISTOIMINTOJEN OHJAAMISESTA YHDESSÄ MUUN HENKILÖKUNNAN KANSSA. LYHYTKURSSEILLA TERAPEUTIT KUULUVAT KURSSITIIMIIN JA OSALLISTUVAT KURSSIEN TOTEUTTAMISEEN.

**F**ysioterapiassa keskeisenä tavoitteena on ylläpitää ja parantaa ihmisten toimintakykyä ja liikkumista. Fysioterapiassa arvioidaan asiakkaan terveyttä, liikkumista ja toimintakykyä sekä toimintarajoitteita hänen toimintaympäristössään. Fysioterapiaan tai allasterapiaan voi hakeutua Kelan tai vakuutusyhtiön maksusitoumuksella, terveys-keskusten läheteillä tai omakustanteisesti. Asiakaskunta koostuu opiston opiskelijoista sekä lähiseudulla asuvista asiakkaista.

Sopeutumisvalmennuskursseilla fysioterapeutit ovat mukana moniammatillisessa kurssitiimissä ja näiden kurssien fysioterapia toteutetaan pienryhmissä.

Fysioterapeutit voivat arvioida liikkumisen apuvälineiden tarvetta ja opastaa näiden apuvälineiden käytössä.

Lehtimäen opiston fysioterapeuteilla on erikoisosaamista muun muassa kuntosalivalmennuksesta, terapeuttisesta harjoittelusta ja erityisryhmien liikunnasta. Lisäksi heillä on kokemusta liikunta- ja kehitysvammaisten sekä autismin kirjoon kuuluvien henkilöiden fysio- ja allasterapiasta.

Fysioterapiassa voidaan käyttää kommunikoinnin apuvälineenä esimerkiksi tukiviittomia ja kuvakommunikaatiota.

Kuntotalon terapiatilat koostuvat yksilöhoitotiloista sekä kuntosalista. Allasterapiat toteutetaan kuntotalon allastiloissa, joissa on kuntouintiallas, opetusallas ja terapia-allas. Terapia-altaan vesi on yli 30 asteista ja sinne pääsee suihkupyörätuolilla luiskaa pitkin. Kuntouintialtaaseen on mahdollista siirtyä myös allasnosturilla.

#### Fysioterapeutit:

Eero Savela, avoterapiapalveluiden lähijohtaja,  
040 760 8991, eero.savela@lehopisto.fi

Kari Piispanen, 0400 505718,  
kari.piispanen@lehopisto.fi



**T**oimintaterapialla tuetaan asiakkaan päivittäistä elämää; itsestä huolehtimista, asioimista ja arkielämää, koulunkäyntiä ja opiskelua, työkykyä ja työssä selviytymistä, yhteiskunnallista osallistumista, vapaaajan viettämistä, leikkimistä ja lepoa. Toimintaterapian keinoja asiakkaan toimintamahdollisuuksien parantamiseksi voivat olla esimerkiksi asunnon muutostöiden suunnittelu, apuvälinetarpeen arviointi, psykososiaalisten taitojen harjoittelu tai arjen toimintojen harjoittelu.

Lapsiasiakkaiden kanssa voidaan harjoitella esimerkiksi hieno- ja karkeamotorisia taitoja, hahmotusta ja toiminnanohjausta sekä aistitiedon käsittelyä.

Tavoitteet luodaan jokaisen asiakkaan kohdalla erikseen ja niiden toteutumista arvioidaan erilaisin arviointimenetelmin. Tärkeää on toiminnan mielekkyys ja merkityksellisyys asiakkaalle. Lasten ja nuorten toimintaterapia on erityisosaamistamme.

#### Toimintaterapeutit:

Tanja Hauta-aho, 0400 380 166  
tanja.hauta-aho@lehopisto.fi

Aino Mannismäki, 040 5480 956  
aino.mannismaki@lehopisto.fi  
(työvapaalla)

**V**ammaisratsastus harrastuksena tarjoaa kaikille avointa, esteetöntä ja elämyksellistä liikuntaa. Tavoitteena on oppia ratsastamaan huomioiden vamman asettamat rajoitukset. Ratsastus- ja hevostaitojen opettelemisen rinnalla tulevat fyysisen kunnon kohottaminen, tunne- ja sosiaalisten taitojen opetteleminen sekä mielenvirkeys. Ratsastuksessa voi asettaa itselleen monenlaisia haasteita. Henkilökohtaiset tavoitteet määrittyvät ratsastajien toimintaedellytysten mukaan. Ratsastuksessa on mahdollista kokeilla omia rajojaan.



**R**atsastusterapiaan on mahdollisuus Ropistolla ja sitä toteuttavat ulkopuoliset ratsastusterapeutit.

Lisätietoja: Jutta Saloranta,  
vammaisratsastuksen ohjaaja, 0400 515 331

**M**usiikkiterapia on kuntoutus- ja hoitomuoto, jossa musiikin eri elementtejä (rytmi, harmonia, melodia, äänensävy, dynamiikka jne.) käytetään vuorovaikutuksen keskeisenä välineenä yksilöllisesti asetettujen tavoitteiden saavuttamiseksi.

Musiikkiterapia voi olla yksilö- tai ryhmäterapiaa. Musiikkiterapia soveltuu kaiken ikäisille. Musiikkiterapia tukee kuntoutujan fyysistä, psyykkistä sekä sosiaalista kehitystä ja toimintakykyä musiikin keinoin.

Musiikkiterapialla voidaan tukea vuorovaikutustaitoja, kehonhahmotusta, oman toiminnan jäsentämistä ja ympäristön hahmottamista sekä tarkkaavaisuuden suuntaamista ja ylläpitämistä. Musiikkiterapia voi parantaa kuntoutujan itseilmaisua, tunne-elämän hallintaa, itsetuntemusta, itseluottamusta ja yleistä elämäntunnetilaa.

Lisätietoja:  
info@lehopisto.fi  
Eija Saarimaa, rehtori, 0400 351 328  
eija.saarimaa@lehopisto.fi



**N**europsykiatrinen valmennus on tuki- ja ohjausmenetelmä asiakkaille, jotka tarvitsevat erilaisista neuropsykiatrisista ongelmista johtuen tukea ja ohjausta elämän- ja arjenhallintaan liittyvissä asioissa. Valmennuksessa painotetaan tavoitteellista, ennalta ehkäisevää ja tulevaisuuteen suuntautuvaa työskentelytapaa, jonka avulla kokonaisvaltaisella ohjauksella tuetaan valmennettavaa mahdollisimman itsenäiseen toimintaan. Valmentajan tarkoituksena on luoda luottamuksellinen ja turvallinen ohjaussuhde, joka tukee valmennettavaa kohti yhdessä asetettuja tavoitteita.

Valmennus muotoutuu asiakaslähtöiseksi yksilölliseksi kuntoutusprosessiksi, jossa asiakkaalla ja valmentajalla on tasa-arvoinen työsuhte. Valmentajalla on useita eri rooleja asiakkaan rinnalla ja taustalla tehtävässä työssä, jonka keskeisiä menetelmiä ovat dialogi, toiminta ja verkostotyö. Työskentelytapana korostuu ratkaisukeskeisyys ja yksilön arvostaminen.

Neuropsykiatrisen valmennuksen kohderyhmää ovat ADHD, Asperger, Tourette, muu autismin kirjo ja aivovammat sekä mielenterveys- ja päihdekuntoutujat.

## Valmennukseen hakeutuminen

Neuropsykiatriseen valmennukseen hakeudutaan läheteellä/suosituksella joko yksityisesti, kunnallisesti tai muun vastaavan yhteisön maksusitoumuksella. Neuropsykiatrisen valmennuksen tarve on hyvä huomioida jo kuntoutussuunnitelmaa tehtäessä.

## Kustannukset

Valmennuksen hinta on 60 €/h ja valmennus suunnitellaan aina yksilöllisesti.

Lisätietoja: 040 4863055

Hanna Pellonpää, hanna.pellonpaa@lehopisto.fi

Maire Kantonen, maire.kantonen@lehopisto.fi

Tanja Hauta-aho, tanja.hauta-aho@lehopisto.fi





# PERHEKURSSIT 2025

SOPEUTUMISVALMENNUS ON MONIAMMATILLISTA JA RYHMÄMUOTOISTA KUNTOUTUSTA. SOPEUTUMIS-VALMENNUSKURSSIT AUTTAVAT ASIAKASTA JA HÄNEN PERHETTÄÄN SOPEUTUMAAN SAIRAUDEN TAI VAMMAN MUKANAAN TUOMIIN MUUTOKSIIN. KURSSEILLA LAPSI JA HÄNEN PERHEENSÄ SAAVAT TIETOA SAIRAUDESTA, VERTAISTUKEA SEKÄ TUKEA ARJEN TOIMINTOIHIN.

## Perhekurssien tavoitteina on

- antaa asiakkaalle läheisineen tietoa, ohjausta ja tukea elämäntilanteeseensa
- antaa keinoja ja apua häiriöstä tai vammasta aiheutuvien haasteiden ymmärtämiseen ja arjessa selviytymiseen
- antaa asiakasperheelle voimavaroja kuntoutumisessa tarvittavaan työskentelyyn
- löytää asiakasperheelle sopivia ja mielekkäitä toimintatapoja sekä ratkaisuja kuntoutumisen tukemiseksi
- tukea sisaruksia sekä lisätä heidän tietoaan ja ymmärrystään
- mahdollistaa vertaistuki ryhmätoiminnan avulla

## Kurssien sisältö

Sopeutumisvalmennuskurssit toteutuvat pääasiallisesti ryhmä- tai pienryhmätyöskentelynä. Asiakkaalle, läheisille ja sisaruksille järjestetään lisäksi omaa ohjattua kuntoutusta päivittäin. Asiakkaan kuntoutuspäivä sisältää lapsen kehitystä tukevaa liikuntaa, luovaa toimintaa sekä yhteisiä pelejä ja leikkejä.

Opistolla on oma uimahalli, sekä oma vammaisratsastukseen erikoistunut ratsastuskoulu, jossa voi halutessaan kokeilla ratsastusta joko tallin maneesissa tai ulkona lähiympäristössä. Läheisten kuntoutuspäivä sisältää asiantuntijoiden ohjaamia vertaistuellisia keskusteluja sekä voimavaroja tukevaa toimintaa. Sisarusten kuntoutuspäivä sisältää yhteistä toimintaa sisarusten ikä ja kehitystaso huomioiden. Lisäksi kurssilla järjestetään asiakasperheelle yhdessä muiden perheiden kanssa ryhmässä tai pienryhmissä toteutuvaa toimintaa.

## Asuminen perhekurssilla

Perhekurssilaiset asuvat rivitaloasunnoissa, joita on opiston päärakennuksen välittömässä läheisyydessä. Jokaisella perheellä on oma 2-4 huoneen ja keittiön asunto rivitalossa tai hiljattain remontoitussa so-luasunnoissa. Asunnoissa on kurssilaisten käytössä mm. mikroaaltouuni, pyykinpesukone, TV ja astioita.

## Lastenhoito perhekurssilla

Asiakkailla on kurssipäivän ajan ohjaaja, joka huolehtii päivän toimintaan osallistumisesta ja päivittäisten toimintojen sujumisesta. Sisaruksia varten on omia ohjaajia, joiden määrä vaihtelee lasten iän ja hoidon tarpeen mukaan. Muuna aikana lapset ovat perheen hoidossa.

## Kurssille hakeminen

Hakemukset Kelan kursseille toimitetaan suoraan Kelalle. Kelan internetsivuilla on lisää tietoa siitä, kuinka sopeutumisvalmennuskurssille haetaan. Myös hakulomakkeet KU104 (vaativa kuntoutus) ja KU132 (harkinnanvarainen kuntoutus) löytyvät mainituilta sivuilta. Liitteeksi hakemuksiin tarvitaan voimassa oleva kuntoutussuunnitelma, johon sisältyy kurssisuositus.

Vapaana olevia paikkoja voi tarkistaa linkistä, joka avautuu Kelan kurssitarjontasivulle. Lehtimäen opiston järjestämät sopeutumisvalmennuskurssit löytyvät Kelan Kuntoutuskurssihaku -sivulta. Kirjoittamalla sanahakuun Lehtimäen opisto ja suorittamalla haun pääsee sivulle, josta löytyy kaikki Lehtimäen opistolla järjestettävät Kelan kurssit ja niillä vapaana olevat paikat. Tarkemmat tiedot jokaisesta kurssista löytyy klikkaamalla kurssin nimeä.



Kurssi- nro	Kohderyhmä	Ajankohta	
<b>NEUROLOGISEN KEHITYKSEN HÄIRIÖT</b>			
<b>Kehitysvamma, kehityshäiriöt tai monivammaisuus -kurssit</b>			
89000	Alakoululaisille ja yläkoulunsa aloittaneille	Viikko 3	13.1.-17.1.2025
89001	Alakoululaisille ja yläkoulunsa aloittaneille	Viikko 4	20.1.-24.1.2025
88998	Alakoululaisille ja yläkoulunsa aloittaneille	Viikko 9	24.2.-28.2.2025
88996	Yli 1-vuotiaille, alle kouluikäisille ja koulunsa aloittaville	Viikko 29	14.7.-18.7.2025
88997	Alakoululaisille ja yläkoulunsa aloittaneille	Viikko 30	21.7.-25.7.2025
88999	Alakoululaisille ja yläkoulunsa aloittaneille	Viikko 42	13.10.-17.10.2025
<b>Downin oireyhtymä -kurssit</b>			
89004	Yli 1-vuotiaille, alle kouluikäisille ja koulunsa aloittaville	Viikko 5	27.1.-31.1.2025
89003	Yli 1-vuotiaille, alle kouluikäisille ja koulunsa aloittaville	Viikko 42	13.10.-17.10.2025
<b>CP- ja liikuntavammaisen kurssi</b>			
89002	Yli 1-vuotiaille, alle kouluikäisille ja koulunsa aloittaville	Viikko 9	24.2.-28.2.2025





TEEMAVIIKKONLOPUT  
VIRIKEKURSSIT  
YHTEISTYÖKURSSIT

OPISTOLLA JÄRJESTETÄÄN LYHYTKURSSEJA  
YMPÄRI VUODEN.

VALITSE OMASI JA TULE KUNTOUTUMAAN  
JA VIIHTYMÄÄN!



## OPISTON LYHYTKURSSIT

### YHTEISTYÖKURSSEJA

Lehtimäen opistolla järjestetään yhteistyökursseja eri toimijoiden ja järjestöjen kanssa. Tarkempia tietoja tulevista kursseista saatavilla järjestöjen omilta nettisivuilta.

Seinäjoen Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry,  
Vaasan Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry,  
Suomen PWS -yhdistys, Suomen Polioliitto ry





# TEEMAVIIKONLOPUT 2025

OPISTO JÄRJESTÄÄ OHJATTUA OHJELMAA OMILLE OPISKELIJOILLEEN VIIKONLOPPUISIN. LYHYET VIIKONLOPPUKURSSIT OVAT OLLEET SUOSITTUJA. JOS HALUAT VIRKISTYSTÄ VIIKONLOPPUUN MUKAVASSA SEURASSA, NIIN OSALLISTU KANSSAMME TEEMAVIIKONLOPPUIHIN!  
55 € (ALV 0 €)/VIIKONLOPPU.

## Lumielämyksiä -teemaviikonloppu

**17.-19.1.2025**

Lumipäivä, eli FIS World Snow Day, järjestetään vuosittain tammikuun kolmantena viikonloppuna. Silloin tarjolla on ympäri maailmaa lumiaiheisia tapahtumia. Opistolla juhlistamme lumipäivää ulkoilemalla lumimaisemassa, muotoilemalla lumesta mukavia hahmoja, pelaamalla lumisählyä ja askartelemalla lumuhiutalepuun.

## Ystävyyden -teemaviikonloppu

**14.-16.2.2025**

Helmikuussa juhlistetaan yhteisiä hetkiä ystävien kanssa. Kuka on sinulle tärkeä henkilö, jonka kanssa haluaisit lähteä ystävänpäiväkävelylle ja maalata hankeen sydämiä. Teemme yhdessä ystävyyden jättisydämen koristeeksi opistolle. Tule sinäkin valmistamaan sydän tähän jättisydämen ketjuun.

## Voi hyvin! -teemaviikonloppu

**21.-23.3.2025**

Vuodesta 2013 lähtien Kansainvälistä onnellisuuden päivää on vietetty YK:n johdolla vuosittain 20. maaliskuuta. Juhlapäivän tarkoituksena on nostaa ihmisten onnellisuuden merkitystä nyky-yhteiskunnassa. Voi hyvin -viikonloppuna teemme yhdessä mukavia asioita, jotka toivottavasti edistävät hyvinvointiasi ja onnellisuutta.

## Tanssien -teemaviikonloppu

**25.-27.4.2025**

Tanssin päivää vietetään joka vuosi samana päivänä 29.4. ympäri maailman. Me otamme varaslähdön tanssiteemaan jo kyseistä päivää edeltävänä viikonloppuna. Ohjelmassa on muun muassa musiikki- ja tanssivisa, musiikkiliikuntaa ja disko.

Maukkaat marjat -teemaviikonloppu

## Euroviisujen -teemaviikonloppu

**16.-18.5.2025**

Euroviisubileiden tunnelma luodaan sähkövän koristelun ja menneiden vuosien euroviisuvoittajien voittobiisien kuuntelulla. Kuka-han mahtaa osata yhdistää biisin ja esittäjän? Voit myös osallistua elämäni euroviisuvisaan ja tietenkin valmistaa sähkövät koristeet vuoden 2025 euroviisubiisien kunniaksi.

## Satokausi -teemaviikonloppu

**22.-24.8.2025**

Elokuun satokausituotteista löytyy valikoimaa niin marjojen kuin vihannestenkin ystäville. Elokuu onkin loistavaa aikaa herkutella alkusyksyn tuotteilla. Viikonloppun aikana voit testata marjatuntemuksesi, kokata herkullisen piirakan ja maistella uusia makuja.



### **Turvallisesti liikenteessä**

**-teemaviikonloppu 12.-14.9.2025**

Syyskuussa vietetään liikenneturvallisuusviikkoa, jolloin jokaisen on hyvä pohtia omaa liikennekäyttäytymistään. Viikonloppuna pääset testaamaan taitorataa, kokeilemaan onneasi liikennemerkkivisassa ja askartelemaan heijastimen syksyn pimeitä iltoja varten.

**Käsitöiden ystävien -teemaviikonloppu 3.-5.10.2025**

Viikonloppu on omistettu käsitöille. Opistolla on muutama käsityöpaja, joissa voi kokeilla erilaisia tekniikoita. Valmistamme opistolla yhteiseksi iloksi yhden taulun ja jokainen saa mukaansa myös jotain kotiin vietävää.

**Pelaillen -teemaviikonloppu 7.-9.11.2025**

Lautapeli-illassa kaivetaan kaapista Afrikan tähti, Blokus, Monopoly tai joku muu peli. Pelataan, istutaan iltaa kaikessa rauhassa, napostellaan pientä purtavaa ja pidetään hauskaa ystävien kanssa. Lautapeliensä lisäksi voimme pelata myös erilaisia korttipelejä, liikuntapelejä ja tietenkin pelikonsoleilla.

**Joulutunnelmaa -teemaviikonloppu 12.-14.12.2025**

Viikonloppuna luvassa on paljon hauskaa joulusta ohjelmaa. Jouluteemaisessa askartelupajassa voit tehdä joulukoristeen itsellesi tai lahjaksi läheiselle. Jouluun kuuluu tunnelmallinen joulumusiikki ja tietysti tonttuvisailut ja -kisailut. Joulun makutestissä voit osallistua jouluherkkujen tunnistamistehtävään.

# VIRIKEKURSSIT 2025

"ELÄMÄ ON OPINTOMATKA". LEHTIMÄEN OPISTO TARJOAA MAHDOLLISUUKSIA MONENLAISEEN LYHYTKESTOISEEN OPISKELUUN JA ITSENSÄ KEHITTÄMISEEN, VAIHTELUUN JA VIRKISTYKSEEN SEKÄ OMAN HYVÄN ELÄMÄN RAKENTAMISEEN ERI KURSSEILLA TAI RÄÄTÄLÖIDYILLÄ JAKSOILLA.

VIRIKEKURSSIT ON SUUNNATTU ERITYISTÄ TUKEA JA OHJAUSTA TARVITSEVILLE NUORILLE JA AIKUISILLE.

**HUOM!** Kurseille tulee ilmoittautua viisi (5) viikkoa ennen kurssin alkua.

Virikekurssien tavoitteena on tarjota elämyksiä, vaihtelua elämään, yhdessäoloa ja onnistumisia.

Jokaisella kurssilla on mahdollisuus osallistua ratsastukseen tai kärryjeluun ja käydä kuntotalolla saunomassa ja uimassa.

Joillakin kursseilla saatetaan tehdä pieni retki lähialueella. Ohjelmaan voi sisältyä myös musiikkia, liikuntaa sekä rentoutumisharjoituksia.

Useilla kursseilla järjestetään kurssijuhla ja valmistetaan pieni kurssimuisto. Ja takuuvarmasti jokaisella kurssilla on mukavaa tekemistä ja ohjattua iltaohjelmaa tarpeellisia lepoetkiä unohtamatta.

Saat mukaansa tempaavan ohjelman lisäksi tietoa aikuisopintolinjasta, virikekursseista, seteliopinnoista ja yksilöllisistä asumisjaksoista.



**KURSSIT TARJOAVAT MYÖS OMAISHOITAJILLE MAHDOLLISUUDEN VAPAAPÄIVIEN PITÄMISEEN JA AIKAA OMAAN LOMAAN.**

Lisätietoa virikekursseista

Kurssikoordinaattori 0400 365 375  
info@lehopisto.fi

## Ilmoittautumiset

Kursseille ilmoittaudutaan opiston kotisivulla olevalla lomakkeella, joka löytyy osoitteesta <https://www.lehtimaenopisto.fi/kurssitoiminta/virikekurssit/>. Ilmoittaudu kurssille valitsemalla valikosta haluamasi kurssi ja täytä pyydetyt tiedot.

Halutessasi voit myös pyytää opistolta hakulomakkeen paperisena ja postittaa sen täytettynä osoitteeseen Lehtimäen opisto, Opistotie 1, 63500 Lehtimäki.

## Päiväkävijät

Kurssille on mahdollisuus osallistua myös henkilökohtaisen avustajan kanssa 60 € päivähintaan. Hintaan sisältyy molempien ruokailut ja päivän ohjelma.

## Kurssikustannukset

Kurssien kohdalla mainittu hinta sisältää täysihoidon: majoituksen pääsääntöisesti 2 hengen huoneissa, aamupalan, lounaan, päiväkahvin, päivällisen ja iltapalan, uimahallin käytön kurssiohjelman mukaan sekä yhden ratsastuksen tai kärryajelun viikon aikana. Kurssilaiset maksavat itse matkat, lääkkeet ja henkilökohtaiset tarvikkeet.

## *1. HYVÄÄ OLOA JA VOIMAA ARKEEN*

Kurssilla opetellaan rentoutumaan, pitämään huolta omasta terveydestä ja kunnosta. Kurssin aikana paneudutaan levon, ruoan, liikunnan, puhtauden, vapaa-ajan ja ihmissuhteiden merkitykseen oman hyvinvoinnin kannalta. Nautitaan kesästä, kavereista ja opetellaan valmistamaan kevyitä kesäisiä välipaloja. Kurssin osallistujat saavat jalkahoidon.

Hinta 387 € (alv 0 %)

## *2. ELÄINTEN YSTÄVÄT*

Kurssin tavoitteena on koota lemmikkieläinten ystävät viikoksi yhteen, perehtyä erilaisiin lemmikkeihin ja syventää omaa harrastustaan. Kurssilla tutustutaan mm. hevosiin, koiriin ja kissoihin, bongataan lintuja, tutustutaan kansalliseläimiin, askarrellaan, kerrotaan ja kuunnellaan eläintarinoita. Kurssilla voidaan mahdollisesti tehdä retkiä.

Hinta 395 € (alv 0 %)

## *3. KESÄKOKIT*

Kesäkokilla on vara valita, mistä päivän ateriat voi loihtia. Kurssilla valmistamme kevyitä kesäisiä ruokia ja leivonnaisia, herkuttelemme myös grillin äärellä ja opimme ruoanvalmistuksen niksejä sekä omaksi että ystävien iloksi.

Hinta 387 € (alv 0 %)



#### 4. HYVÄN TUURIN VIIKKO

Kurssilla tehdään mm. shoppailureissu Tuuriin Kesksen kyläkauppaan, nautitaan kesästä, hyvästä seurasta ja maukkaasta ruoasta. Hyvän tuurin viikolla vietetään leppoisaa kurssielämää, johon kuuluu myös liikuntaa, saunomista ja uintia, musiikkia, askartelua ja mukavaa yhdessäoloa. Hyvää tuuria voi kokeilla myös bingossa ja tietovisoissa.

Hinta 387 € (alv 0%)

#### 5. HEMMOTTELUHETKIÄ

Kaipaatko lisää hyvää oloa arkeesi? Haluatko oppia tuntemaan itseäsi ja toimintaasi paremmin ja elämään omien tavoitteiden mukaista, mielekästä elämää? Kurssilla pääset tutustumaan itseesi ja toimintaasi sekä luomaan oman hyvinvoinnin palapeliä. Kurssi tarjoaa elämyksiä ja hemmotteluhetkiä kuten hierontaa, erilaisia hoitoja, vinkkejä kaunistautumiseen, oman kunnon hoitamiseen ja henkiseen hyvinvointiin.

Hinta 387 € (alv 0 %)

#### 6. ELÄINTEN YSTÄVÄT JA RATSASTUSTA

Kurssin tavoitteena on koota lemmikkieläinten ystävät viikoksi yhteen. Voit perehtyä erilaisiin lemmikkeihin ja syventää omaa harrastustasi. Kurssilla saat rapsuttaa ja silittää ihania lemmikkieläimiä. Hevosien kyytiin pääset sekä ratsastaen että kärryjälulle. Myös työskentelyä tallilla pääset halutessasi kokeilemaan. Voit testata tietämystäsi eläintietovisassa. Tiedätkö sinä mikä on vesimelonisiili ja voiko sen syödä? Eläinten ystävät käyvät vierailulla Ähtärin eläinpuistossa tai Voimavaratila Taikamäessä.

Hinta 395 € (alv 0 %)



## VIIKKO 31 28.7.–1.8.2025

### *7. AIKUISOPINTOVIKKO VIRTAA JA VIRKISTYSTÄ (5 vrk)*

Aikuisopintoviikolla saat kokea iloa, mukavia elämyksiä ja rentouttavaa yhdessä oloa sekä tieto aikuisopintolinjasta. Liikumme lähiluonnossa ja nautimme kesän valoisista illoista pihapelejä pelaten. Valmistamme luonnosta löytyvistä aineksista hemmottelupussukoita, joiden virkistävän tehon saat kokea saunassa. Katamme ulkoilmaravintolan ja herkuttelemme grillaten. Halutessasi voit osallistua kärry-ajelulle ja pääset taputtelemaan heppoja ja tallikissaa. Leikkimieliset kisailut kuuluvat ehdottomasti kesään, ja visailumestari -diplomeita onkin jaossa. Aikuisopiskelija viikko huipentuu pihadiskoon suosikkibiisien rytmissä.

Hinta 372 € (alv 0 %)

## VIIKKO 42 13.–17.10.2025

### *8. HYVÄN OOLON VIIKKO (5 vrk)*

Kurssilla saat vinkkejä omaan hyvään oloon ja sen ylläpitämiseen. Viikon aikana opiskellaan itsehoitoa ja terveellisiä elämäntapoja. Tehdään käsi- ja kasvohoitoja ja hoidetaan hiuksia. Opetellaan rentoutumaan ja lepäämään sekä pohditaan, mistä henkilökohtainen hyvä olo koostuu.

Hinta 372 € (alv 0 %)

### **KURSSEILLE ILMOITTAUTUMINEN**

Kursseille ilmoitaudutaan opiston kotisivulla olevalla lomakkeella osoitteesta <https://www.lehtimaenopisto.fi/kurssitoiminta/virikekurssit/>.

Ilmoittaudu kurssille valitsemalla valikosta haluamasi kurssi ja täytä pyydetyt tiedot.

Halutessasi voit myös tulostaa hakulomakkeen opiston kotisivuilta tai pyytää hakulomakkeen paperisena 0400 365 375 ja postittaa sen täytettynä osoitteeseen Lehtimäen opisto, Opistotie 1, 63500 Lehtimäki.





# YHTEYSTIEDOT

**LEHTIMÄEN OPISTO**

**Opistotie 1**

**63500 LEHTIMÄKI**

Kurssikoordinaattori 0400 365 375

Toimisto 0400 353 826

Päivystäjä 040 5808 793

[info@lehopisto.fi](mailto:info@lehopisto.fi)

<https://www.lehtimaenopisto.fi>

