

KEVÄT NASTA 2020

NRO 124



LEHTIMÄEN OPISTO

Tässä numerossa

Päätoimittajan terveiset	1
Rehtorin terveiset: Yhdessä selviämme	2
Opiskelija-asuntola 1:n siunaaminen	4
Educa-messut Helsingissä	5
Autismipäivät Espoossa	6
Gvendolinen vierailu Konnavartiossa	7
Koronan aikaan	7
Tanssiaiset	8
Soveltava talviliikuntapäivä Joupiskalla	10
Terveys ja hyvinvointi	12
Liikunnasta iloa -kampanja aktivoi opiskelijoita liikkumaan	14
Tunnetaidot - tunnista tunteet itsessäsi	15
Ensimmäinen pääsiäinen opistolla	16
Vallaton vappu - teemaviikonloppu	18
Leirikouluviikko opistolla	19
Ratsastuskilpailut	28
Tallityöt	29
Aikuisopiskelijat ja TEO-ryhmä teatterissa	30
Wagner ja Viivi Kevytsmoothie	32
Runosuoni sykkii	33

Päätoimittajan terveiset

Nasta-lehti ilmestyy tänä keväänä sähköisessä muodossa ja on järjestyksessään nro. 124. Lehden aineistoa on koostettu perusopijakson opiskelijoiden ja aikuisopiskelijoiden sekä henkilökunnan kanssa. Sinulle on tarjolla jälleen monipuolista luettavaa ja katseltavaa lehden sivuilla.

Lehtimäen opisto on ollut näkyvästi esillä eri tapahtumissa, kuten Educa- ja Apuvälinemessuilla sekä Autismiliiton talvipäivillä. Olemme saaneet tutustua useisiin, meidän opistosta kiinnostuneisiin ihmisiin, tiedottaa palveluistamme oppilaitoksena ja kurssipaikkana sekä olemme monia kokemuksia rikkaampia tapahtumiin osallistuttuamme.

Vaikka oli melko lumeton talvi, saivat opiskelijat osallistua Seinäjoen fysioterapiaopiskelijoiden suunnittelemaan laskettelutapahtumaan Joupiskalla. Keväiset ilmat, kaunis ja puhdas maaseudun luonto ovat saaneet niin opiskelijat kuin henkilökunnan täällä opistolla entistä enemmän ulkoilemaan ja liikkumaan. Niinpä opiskelijat osallistuivat opiston omaan liikuntakampanjaan kiitettävästi ja monin eri liikuntalajein. Myös viikonloput ovat tarjonneet monenlaista teeman mukaista ohjelmaa, joihin opiskelijat ovat osallistuneet vapaaehtoisuudesta huolimatta kiitettävästi. Tänä keväänä suunnitelmat leirikoulumatkojen suhteen muuttuivat. Kuitenkin viikko leirikoulua opistolla monipuolisine ohjelmineen tarjosi erilaista, mukaansa tempaavaa ja ajankohtaista ohjelmaa.

Jos meille olisi viime vuoden joulun aikaan kerrottu, että pandemia tulee sekoittamaan elämäämme, tuskin olisimme uskoneet. Nyt elämme keskellä muutoksia, jotka koettelevat kaikkia meitä ja meidän elämäämme. Olen ja olemme yhdessä, koko henkilökunta, erittäin ylpeitä opiskelijoiden ja henkilökunnan jakamisesta tämän erilaisen tilanteen keskellä. Myös te opiskelijoiden perheet, huoltajat ja erilaiset yhteistyökumppanit olette kiitoksen ansainneet hyvästä yhteistyöstä. Useasti olemme kuulleet, että tämänkin me voitamme! Me myös uskomme niin tapahtuvan. Pidetään entistä paremmin huolta toisistamme ja läheisistämme.

Suuret kiitokset lehden tekoon osallistuneille sekä rentouttavaa ja ihanaa kesää kaikille!

Hanna Pellonpää, erityisopettaja



Yhdessä selviämme

Tämä kevät on ollut poikkeuksellinen – maailmalle levisi virus, joka sekoitti tutut ja turvalliset rutiinit. Lehtimäen opisto sai kuitenkin poikkeuksellisesti jatkaa toimintaansa opetus- ja kulttuuriministeriön luvalla. Tämä aika on opettanut ainakin sen, että moni asia, mitä olemme tottuneet pitämään itsessään selvänä, ei välttämättä sitä olekaan. Monen asian arvon huomaa vasta sitten, kun sen on menettänyt tai vaarassa menettää: perhe, ystävät, terveys, kosketus, opiskelu, kaupassa asiointi, harrastukset ja ulkoilu jne...

Ilman läheisiä ja yhteyttä toisiimme jääme ihmisinä aika vajavaisiksi – kasvu tarvitsee tukijaa, suru kuuntelijaa ja oppiminen vastavuoroisuutta. Koulu ja opiskelu eivät ole pelkkää suorittamista, tehtäviä, arviointia ja kokeita. Koulu ja oppilaitokset ovat yhteisöjä, joissa kasvetaan ja opitaan pitämään huolta toisistamme.

Tällä hetkellä näyttää siltä, että yhteiskunta alkaa hiljalleen avautua kesää kohti. Lehtimäen opistokin avaa heinäkuussa ovet KELAN- perhekurssilaisille ja virikekurssilaisille. Toivomme, että syksyllä opiskelu olisi mahdollista ja näkisimme myös tämän Nasta-lehden lukijoista suurimman osan paikan päällä! Tahdonkin rohkaista sinua, niin tutuksi tulleella lauseella:

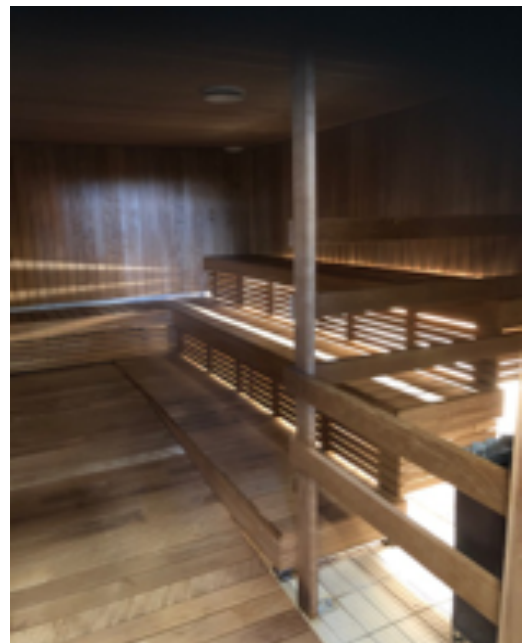
Me selviämme tästä yhdessä!



Syksyllä pääsemme tutustumaan uuteen Asumisvalmennusyksikköön – sen on määrä valmistua kesän aikana. Uimahallin sauna, pesu- ja pukuhuonetilat on remontoitu ja niistäkin pääsemme nauttimaan syksyllä opintojen alkaessa.

Aurinkoista ja rentouttavaa kesää!

Eija Saarimaa, rehtori



Opiskelija-asuntola 1. siunaaminen

Syksyllä 2019 1. solun remontti valmistui ja opiskelijat pääsivät muuttamaan uusittuihin tiloihin. Opiskelijat kehuivat kilvan, kuinka viihtyisät remontoituvat tilat olivatkaan asua. Joululoman lähestyessä oli vuorossa 1. solun siunaaminen. Tilaisuuteen osallistuivat 1. solulla asuvat opiskelijat, muutama opettaja, kehitysvammaistyön pappi Marja-Liisa Latvatalo sekä Alajärven seurakunnan työntekijöitä.

Kehitysvammaistyön pappi Marja-Liisa Latvatalo siunasi uuden 1. solun. Siunauksen lisäksi kiitimme yhdessä uudesta kodista ja pyysimme sen asukkaille rauhaisaa oloa ja eloa. Lauloimme Erkki Valkeuden säestämänä myös muutaman koti -aiheisen virren.



Educa-messut Helsingissä

Educa on opetus- ja kasvatusalan valtakunnallinen koulutustapahtuma. Tammikuun viimeisenä viikonloppuna järjestetty tapahtuma keräsi tänä vuonna 19 338 kävijää Helsingin Messukeskukseen. Paikalla oli runsaasti näytteille asettelijoita ja messuilla pidettiin lukuisia korkeatasoisia luentoja, joten ei ihme, että paikalle oli saapunut runsaasti opettajia ympäri Suomen. Oli hienoa, että tapahtumaan oli saapunut myös noin 700 ulkomaalaista vierasta.

Lehtimäen opistolla oli myös oma messuosasto tapahtumassa. Olimme mukana Educa -messuilla ensimmäistä kertaa. Esittelimme opiston toimintaa, eri opintolinjoja sekä kurssitarjontaa. Osastollamme kävi paljon messuvieraita, välillä jopa ruuhkaksi asti. Kaikki olivat hyvin kiinnostuneita opiston tarjoamista mahdollisuuksista. Monet tutustuivat opistoon ensimmäistä kertaa, meillä olikin ilo kertoa heille opiston monipuolisesta tarjonnasta. Toki osastollamme kävi useita tuttajakin, esimerkiksi opiston entisiä työntekijöitä, kurssilaisia tai opiskelijoita.



Autismin talvipäivät Espoossa

Autismiliiton valtakunnalliset Autismin talvipäivät olivat 7.-8.2.2020. Paikkana oli Aalto-yliopiston päärakennus Dipoli Espoossa. Autismpäivät tarjosivat taas kerran ideoita ja erilaisia näkökulmia autismityöhön, uusia toimintatapoja ja verkostoitumismahdollisuuksia. Luentojen aiheita olivat mm. Paljon tukea tarvitsevan henkilön kommunikointi ja sen tukeminen arjessa, Mindfulnessiin perustuva stressin vähentäminen, Autismikirjon aikuisen terveyden ja hyvinvoinnin haasteet ja tukeminen ja Vaativa ja merkityksellinen työ vaatii tukea työhyvinvointiin - asiakkaan parhaaksi. Tapasimme tuttuja, kohtasimme uusia tuttavuuksia ja osallistuessamme luennoille, saimme uutta tietoa autismista niin Suomessa kuin kansainvälisestikin. Ostettavaakin löytyi, sillä tarjolla oli kirjallisuutta ja erilaisia terapiavälineitä.

Lehtimäen opiston esittelypöydän luona kävi välillä melkoinen kuhina, sillä usealle osallistujista opiston toiminta oli tuntematonta ja opiston sijaintikin vieras.

Vierailijat olivat erittäin kiinnostuneita opintolinjoista, aikuisopiskelumahdollisuudesta, työelämään valmentavasta linjasta ja kurssitoiminnasta. Moni halusi lisää tietoa ja toivoi opistolta otettavan yhteyttä. Saimme tutuille ja jo kauan aiemmin opistolla olleille, esitellä ylpeänä uudistettuja tilojamme ja kertoa nykyisestä toiminnastamme. Monet muistelivat lämmöllä opistolla viettämiään aikoja. Toivomme ihan jokaisen kiinnostuneen otettavan yhteyttä opiskelun, kurssitoiminnan tai vierailun merkeissä!

Riitta ja Hanna



<https://www.autismiliitto.fi/toimintaa-ja-tukea/koulutus-ja-tapahtumakalenteri/autismin-talvipaivat-2020>



Gwendolinen vierailu Konnavartiossa

Mietimme partiollassa, kenet voisimme kutsua vierailulle ja päädyimme kutsumaan Gwendolinen. Hän tuli Ranskasta opistolle muutama vuosi sitten vapaaehtoistyöntekijäksi. Nyt hän työskentelee opistolla ohjaajana. Esitimme hänelle kysymyksiä ja mietimme myös sanoja, joita halusimme opetella ranskan kielellä.

Gwendoline kertoi tulevansa Bennecourt-nimisestä pienestä kaupungista. Se sijaitsee noin 70 kilometriä Pariisista länteen. Halusimme tietää, millainen kaupunki Pariisi on, sekä mitä nähtävyyksiä siellä on ja millainen kulttuuri Ranskassa ylipäätään on. Gwendolinen mainitsi nähtävyyksistä Eifel -tornin ja Marseillen. Hän kertoi myös, että jos Pariisiin tulee muutama sentti lunta, niin koulut suljetaan ja kaupungin liikenne on kaoottisessa tilassa.

Ranskassa on paljon partiolaisia. Illan aikana opimme muutamia ranskan kielisiä ilmauksia. Harjoittelimme sanomaan muun muassa osaan uida ja ole valmis. Lisäksi Gwendoline luetteli meille aakkoset ja numerot 1-10. Illtamme Konnavartiossa oli oikein onnistunut.

Tero

Koronan aikaan

Lehtimäen opiston tapahtumat on peruttu Koronaviruksen takia. Peruttiin Kreetan leirikoulumatka, koska lennot peruttiin. Kuortaneen Tervätäpinä -urheilukisat peruttiin, koska ei saa olla isoa ryhmää samassa paikassa, muuten virus leviää.

Opiskelijoiden ei saa mennä kylille kauppoihin, vain pihapiirissä saa liikkua. Kirkkoonkaan ei saa mennä. Saa nähdä mitä kesäkursseista tulee, tuleeko mitään. Tämä virus tuntuu tympeältä. Ei näe omia kavereita kotipaikkakunnalta. Kaikki yleiset tilat on kiinni kuten kirjasto, kirpputori, ratasastustallit, elokuvateatterit ja ravintolat. Vain ruoka-kauppa ja apteekki on auki. Tämä on minun mielipide: virus on ärsyttävä.

Minna Koivunen



Tanssiaiset

Opistolla järjestettiin maaliskuussa tanssiaiset. Idea tanssiaisista oli teatteritiimin yhteinen. Saimme idean järjestää tanssiaiset katsoessamme lukiolaisten vanhojen tansseja.

Valitsimme yhdessä mitä tansseja olisi mukana. Ensimmäiseksi tanssiksi päätimme ottaa valssin, jonka musiikkina toimisi laulu nimeltä Sininen Huivi. Harjoittelimme itse tanssin ohessa myös järjestäytymistä ja sisääntuloa.

Toiseksi tanssiksemme valikoitui hienostunut menuetti, joka onkin tuttu kuninkaallisista hoveista. Menuetti oli hieman hankalampi tanssi kuin valssi, mutta lopulta ahkeran harjoittelun tuloksena sekin alkoi onnistua hienosti.

Lopulta viimeiseksi, niin sanotuksi omaksi tanssiksi valikoitui hieman modernimpi Robinin Hula Hula, jossa yhteisten tanssiliikkeiden mukaan sai keksiä omiakin.

Tanssiaispäivänä tyttöjen hiukset tyyliteltiin hienosti ja monella olo oli varmasti kuin prinsessalla konsanaan. Tanssiaisten alkaessa, ovella juhlaväkeä oli tervehtimässä opiskelijakunnan hallituksen puheenjohtaja sekä sihteeri. Juhlaväen päästyä paikalleen, sekä alkujuonnon päätyttyä olivat tanssiesitykset valmiita alkamaan. Teatteritiimin kova harjoittelu palkittiin, ja niin valssi, menuetti sekä oma tanssi menivät vallan mainiosti.

Tanssiesitysten päätyttyä oli vuorossa tarjoilua. Juhlaväen ei tarvinnut poistua pöydistään, sillä tanssiaisten tarjoilijat huolehtivat heistä.

Seuraavaksi oli opiston bändin vuoro esiintyä. Bändin soiton aikana juhlavieraat saivat tanssia mukana. Kun esitykset olivat ohi, tanssi jatkui vielä toivemusiikin säestämänä.

Tanssiaisten loppupuolella vieraillo oli myös mahdollisuus käydä ikuistamassa itsensä vanhan ajan tyyliässä valokuvakulmauksessa.

Minna Koivunen



Ensin me harjoittelimme tanssia Helenan ja Justuksen kanssa. Ennen esiintymistä tehtiin naisille kampauksia. Marille tehtiin nuttura. Se oli komia. Eija Saarimaa kehui Marin japanilaismekkoa. Se oli Eijan mielestä nätti. Kahvin tarjoilijoina olivat Marju ja Jenni. Mari tanssi Jarin, Riitan ja Katariinan kanssa. Mari jännitti vähän esiintymistä. Kiva oli iltapäivä. Mari oli ehtoopäivästä väsynyt.

Mari Korpi



Soveltava talviliikuntapäivä Joupiskalla

Opistolta lähdettiin 13.2.2020 isolla porukalla Seinäjoen kaupungin Soveltavaan talviliikuntapäivään Joupiskan Rinnekeskukseen. Talviliikuntapäivä oli Seinäjoen ammattikorkeakoulun fysioterapiaopiskelijoiden suunnittelema laskettelutapahtuma. Ennakoon vähän jännitimme, onko retkipäivänä enää lunta ollenkaan, kun oli ollut niin lämpimiä päiviä. Ja kyllä vain lunta oli, mutta piha-alue oli kyllä hiukan jäinen ja liukas, joten kieli keskellä suuta joutui siellä liikkumaan.

Ohjelmassa oli mm. Bi-ski -kelkkalaskettelu kokeilu liikuntarajoitteisille, soveltavan talviliikunnan välineitä, kasvomaalausta, kaverikoirat, makkaranpaistoa ja mehutarjoilu kodalla.



Kuvat kertokoon puolestaan päivän tapahtumista.





Terveys ja hyvinvointi

Terveystieto, terveystkasvatus, hyvinvointi - mitä se on?

Opiskelijoiden kanssa yhdessä pohditaan ja opiskellaan terveyden ja hyvinvointiin liittyviä asioita.

Terveys ja hyvinvointi ovat arjenhallintaa ja arjen rytmiä. Jokainen toimii omien kykyjensä mukaan, tarvittaessa saaden tukea ja avustamista.

Se on

- henkilökohtaista hygieniaa
- terveellistä ruokaa ja säännöllinen ateriarytmi
- riittävästi unta ja lepoa
- liikuntaa
- mielekästä vapaa-aikaa ja harrastuksia



Vieressä muutama kuva aikuisopiskelijoiden oppitunneilta syyslukukaudella: "Herkkujen sokeripitoisuus, rasvan määrä ja suolaisuus".

Tavoitteena oli havainnollistaa ja kannustaa valitsemaan pienempiä herkuja tai terveellisempiä vaihtoehtoja.



Perusoppijakson opiskelijat (Minna M-K, Silja, Tiina, Meri V, Emma) miettivät hyvinvointihaastattelun kysymykset ja valitsivat haastateltavat.

Kysymykset:

1. Miten liikunta auttaa sinua?
2. Mitä harrastat?
3. Montako kertaa päivässä peset hampaasi?

Terveydenhoitaja Marju Pokela:

1. Pitää virkeänä, saa hyvää seuraa ja auttaa painonhallintaa
2. Ulkoilua, lukemista, leipomista ja lastenlasten hoitamista
3. Kaksi kertaa eli aamulla ja illalla

Perusoppijakson opiskelija Sami Taatila:

1. Ei mitenkään, jalkapallo kiinnostaisi
2. Pelaamista esimerkiksi: WWE2K18, Dragon ball xenoverse2
3. Harvoin, mutta koitan muistaa pestä

Aikuisopiskelija Tero Lehtonen:

1. Uin ja lenkkeilen, se rentouttaa ja pysyy kunnossa
2. Ratsastusta opistolla, taideopinnot Multian kansalaisopistossa
3. Kahdesti

Kevätlukukauden puolivälissä korona-virus muutti myös opiston elämää.

Osa opiskelijoista jäi opistolle kevätlukukauden loppuun asti.

Aikuisopiskelijat (Henri, Suvi, Meri L, Katariina, Tero, Jari ja Minna E) kertoivat toukokuussa, miten arki muuttui:

- lukujärjestykset vaihtuivat
- retket peruttu esim. Keski-Kesken kyläkauppaan
- kevään konsertit peruttu
- Lehtimäen kauppaan ei pääse opiskelijat asioinnille. Ryhmänvetäjät tekevät ostokset opiskelijoiden puolesta
- henkilökunnalla on maskit työssä
- hygienian lisääminen: Käsienpesu ja yskimishygieneia
- ohjaajat jakavat ruoan ruokalassa (heillä on maskit ja suojäkäsineet)
- turvaväli - ei saa mennä liian lähelle, tuoleja on harvemmassa, istutaan harvemmassa
- tulkit, lähiomaiset ja vieraat eivät saa tulla opistolle sisälle
- lähiomaiset voivat vieraila ulkona turvavälin huomioiden
- opiskelijoiden määrä on vähäisempi, koska osa on lähtenyt kotiin
- ei voi mennä kotilomille, jos menee niin ei ole takaisin tulemistakaan (sanoi Henri)

Pirkko Verkkosaari, terveystiedon opettaja



Liikunnasta iloa- kampanja aktivoi opiskelijoita liikkumaan

Kevät herätti luonnon talviunesta, ja linnut palailivat lakeuksille. Ensimmäiset leskenlehdet työntyivät esiin harmaasta maasta ja toivat väriä elämään. Varma kevään merkki oli myös perinteinen Lehtimäen opiston oma liikuntakampanja, joka alkoi 13.3.2020 viikonloppukurssin merkeissä.

Liikuntakampanjan aloitusviikonloppuna ohjelmassa oli mm. pihapelejä ja kuntosaliharjoittelua. Kampanjan tarkoitus oli kannustaa opiskelijoita ulkoilemaan ja liikkumaan aktiivisesti ja keräämään liikuntasuorituksia myös vapaa-ajalla.

Jokainen vähintään 30 minuuttia kestänyt liikuntasuoritus merkittiin ylös, ja kampanjan päätyttyä kolme eniten liikkunutta opiskelijaa palkittiin. Kaikki liikuntakampanjaan osallistuneet opiskelijat olivat mukana arvonnassa, jossa oli mukavat palkinnot.

Kampanja jatkui aina huhtikuun loppupuolelle saakka. Päätösviikonloppuna sauvakäveltiin, tuolijumpattiin ja tanssittiin päätösdiskossa.

Liikuntakampanja saavutti suuren suosion, ja 33 osallistujaa keräsivät yhteensä huimat 660 liikuntasuoritusta.

Aktiivisin liikkuja tänä keväänä oli Suvi Piekkola, joka keräsi 114 liikuntasuoritusta kampanjan aikana. Toiseksi tuli Jari Onkila 49 suorituksella sekä kolmanneksi Minna Koi-vunen 35 suorituksella. Kampanjassa suosituimpia liikuntamuotoja olivat lenkkeily, uinti, ratsastus, sähly ja kuntosaliharjoittelu.



Kauniit kevätkelit innostivat Suvi Piekkolaa lenkkeilemään ahkerasti.

Tunnetaidot - tunnista tunteet itsessäsi

Tunteet kuuluvat jokapäiväiseen elämään ja ne ovat mukana kaikessa. Kaikki tunteet ovat tärkeitä, ilman tunteitasi et olisi sinä. Ilo, rakkaus, innostus ja hyväksyntä koetaan hyvinä tunteina. Vihan, inhon, häpeän ja epäonnistumisen tunteita on vaikea hyväksyä, mutta ne ovat yhtä tärkeitä hyväksyä.



- Puhu tunteistasi
- Anna tunteen tulla, se helpottaa elämää
- Kuuntele tunnetta, sen vaikutusta kehoon ja mielialaan
- Tarkastele tunnetta silloin, kun se tulee tai myöhemmin, sillä koskaan ei ole liian myöhäistä
- Arvosta sinua suojaavia tunteita



Elämme poikkeuksellista aikaa korona -pandemian vuoksi ja monenlaiset tunteet ovat ja ovat olleet pinnassa. Tunnetaitojen tunneilla opiskelijat ovat kertoneet niin hyvistä kuin mieltäpainavista asioista ja päällimmäisenä on ollut korona. Ikävä, kaipuu, väsymys ja tietämättömyys ovat tunnetiloja, jotka ovat vaivanneet päivittäin. Monet pienet ja isommatkin asiat tulevat helpommin mieleen näin poikkeustila-aikana. Kuitenkin on huomattu, että pienet, tärkeät asiat tuovat turvallisuutta ja hyvää oloa.

- Hanna -ope -

Ensimmäinen Pääsiäinen opistolla

Pääsiäisen vietto opistolla alkoi kiirastorstaina pääsiäisteemaisella ohjelmalla. Aamupalan jälkeen opiskelijoilla oli mahdollisuus tustua viikonlopun teemaan tietokoneilla tai ulkoilla yhdessä ohjaajien kanssa. Lounaan jälkeen ohjelmassa oli etäyhteyden välityksellä suora lähetys selkokielisestä jumalanpalveluksesta. Ohessa oli pääsiäisaiheista piirustustehtäviä.

Jumalanpalveluksen jälkeen nautittiin päiväkahvi, jonka jälkeen alkoi askartelu. Opiskelijat saivat jokainen tehdä itselleen keväisen tulppaanityön. Askartelua seurasi päivällinen, jonka jälkeen aulakahvio avautui, ja opiskelijoilla oli mahdollisuus ostaa pieniä pääsiäisherkuja. Aulakahviossa oli myös disco, jossa opiskelijat tanssivat mm. yhdessä tiputanssia ja he saivat esittää omia kappalettoiveitaan soitettavaksi.

Pitkäperjantaiaamupäivänä opiskelijoilla oli mahdollisuus viettää aikaa TVT-luokassa tai ulkoilla. Yhteinen ohjelma alkoi leivonnalla kotitalousluokassa. Opiskelijat valmistivat pienryhmissä pääsiäisen herkullista persikkarahkapiirakkaa. Leivonnan jälkeen siirryttiin lounaalle ja päiväkahville. Tämän jälkeen opiskelijat saivat valita hauskoja pääsiäisnoitten asusteita ja heille maalattiin kasvomaalaukset. Noidiksi pukeutuneet opiskelijat kokoontuivat kodalle sytyttämään pääsiäiskokon ja he saivat paistaa nuotiolla makkaraa. Kodassa nautittiin myös aiemmin leivottua persikkapiirakkaa.

Tämän jälkeen katsottiin vielä pääsiäisaiheinen elokuva. Touhukkaan päivän jälkeen siirryttiin iltapalalle ja iltatoimiin.

Lankaluantaina aamupalan jälkeen naiset pääsivät testaamaan Lehtimäen opiston uimahallin remontoitua uudet pesutilat ja saunan. Opiskelijat pääsivät myös samalla uimaan. Miehillä oli tuona aikana mahdollisuus viettää aikaa TVT-luokassa. Lounaan jälkeen oli liikunnallista ohjelmaa kuntosalissa. Päiväkahvin jälkeen miehillä oli vuorostaan sauna- ja vesiliikuntavuoro ja naisilla oli mahdollisuus käyttää TVT-luokkaa. Päivällisen jälkeen ohjelmassa oli hetki vapaa-aikaa sekä toimintaa ohjaajien johdolla. Iltapalan jälkeen siirryttiin omille asunnoille iltatoimiin.



1. pääsiäispäivän aamuna, sunnuntaiaamuna, opiskelijoilla oli mahdollisuus nukkua hie-
man myöhempään ja vapaaehtoinen aamu-
pala oli tarjolla halukkaille puoli kymmeneltä.
Aamupalan jälkeen TVT-luokat avautuivat ja
opiskelijat saivat ulkoilla halutessaan ohjaa-
jien kanssa. Päivän ensimmäisenä ohjelmalla
oli kadonneiden pääsiäismunien etsintää.
Munien löytymisen jälkeen siirryttiin lounaal-
le ja päiväkahville. Seuraavana ohjelmassa
oli pääsiäisen pulmapolku, jossa ratkottiin
visaisia pääsiäiseen liittyviä tehtäviä. Aula-
kahviossa ohjelmassa oli vielä pääsiäisbin-
go, jossa oli herkulliset palkinnot. Iltapalan
jälkeen touhukas päivä päättyi ja opiskelijat
siirtyivät iltatoimille.

Toisena pääsiäispäivänä eli maanantaina päi-
vä alkoi vapaaehtoisella aamupalalla, jonka
jälkeen opiskelijoilla oli mahdollisuus ulkoilla
tai viettää aikaa TVT-luokassa. Ohjattu ohjel-
ma alkoi pääsiäisaiheisella pupuaskartelulla,
jossa opiskelijat pääsivät harjoittamaan hie-
nomotorisia taitojaan. Opiskelijoiden naut-
tiessa lounasta, puput olivat piiloutuneet
ympäri opistoa ja opiskelijoiden tehtävänä
oli etsiä puput. Illan ohjelmassa oli vielä pää-
siäisvisa sekä yhteispelejä.



Vallaton vappu-teemaviikonloppu

Vappuaattoiltana opisto koristeltiin ilmapalloilla, serpentiineillä ja vappuviuhkoilla. Illalla talossa raikasi myös karaoke vapun kunniaksi. Perjantaina, vappupäivänä, opiskelijoilla oli mahdollisuus ulkoiluun tai ajan viettämiseen tietokonehuoneissa. Tämän jälkeen he osallistuivat hauskaan pelihupailuun yrittäen sokkoina laittaa pelille punaista nenää. Tehtävä osoittautui hieman haasteelliseksi, mutta opiskelijat osallistuivat siihen reippaasti ja rohkeasti, ja sinnikkäimät halusivat yrittää useamman kerran. Taisi jokunen nenä osuakin kohdalleen. Lounaan ja päiväkahvin jälkeen opiskelijoiden kasvojen koristeeksi tehtiin hienoja kasvomaalauksia. Useimmat halusivat maalauksia molemmille poskille. Tämän jälkeen opiskelijoilla oli mahdollisuus tehdä ostoksia aulakahviossa. Päivän päätteeksi opiskelijat kokoontuivat luokkatilaan seuraamaan valkokankaalta JVG-yhtyeen vappukeikkaa, joka olikin hieno spektaakkeli.

Lauantai aamuna opiskelijoilla oli mahdollisuus ulkoiluun ohjaajien johdolla. Lounaan jälkeen askarreltiin yhdessä värikkäitä ja valttomia vappuhattuja sekä mysteerisiä vappunaamioita. Opiskelijat saivat itse suunnitella värityksen ja koristeet askarteluihin, ja lopputuloksena syntyikin monenlaisia hattuja ja naamioita. Päiväkahvin jälkeen opiskelijat kokoontuivat hattujen ja naamioiden kera vappukulkuetta varten.

Kulkue suuntasi ensimmäisenä tallille, josta otettiin mukaan minishetlanninponi Xena vappukulkuetta johtamaan. Kulkue kiersi opiston läheisyydessä, jotta myös sisällä jääneet opiskelijat saivat ihastella värikästä kulkuetta ja reipasta ponia. Kulkueen jälkeen siirryttiin päivälliselle. Viimeisenä ohjelmassa oli piknik-eväiden valmistelua seuraavaa päivää varten. Piknik-eväiksi valmistui opiskelijoiden taitavissa käsissä makeita hedelmä-vahtokarkkivartaita sekä suolaiseksi syötäväksi pikkupitsoja. Opiskelijat osallistuivat eväiden valmistamiseen innokkaasti ja tekivät opetuskeittiöllä hienosti yhteistyötä.



Sunnuntaina aamupäivällä oli vapaaehtoinen aamupala, sekä mahdollisuus omatoimiseen ulkoiluun tai tietokoneiluokkien käyttöön. Tämän jälkeen opiskelijat kokoontuivat vappuhattuhässäkkään, jossa oli leikkimielistä pelailua vappuhatuilla. Sieltä opiskelijat siirtyivät lounaalle. Lounaan jälkeen oli vuorossa vappupiknik. Edellispäivänä valmistettujen eväiden lisäksi keittiöltä pakattiin mukaan vappumunkit ja simat sekä päiväkahvit. Opiskelijat kokoontuivat ulos kodan ympäristöön. Vappupiknikin jälkeen oli mahdollisuus asioida aulakahviossa. Aulakahvion jälkeen opiskelijoilla oli ohjelmaa juhlasalissa. Siellä kisailtiin ilmapallon kuljetuskisan ja serpentiinikäärmeiden etsinnän merkeissä.



Leirikouluviikko opistolla

Opiston perinteinen leirikouluviikko järjestettiin poikkeusoloissa vain opistolla eikä tänä keväänä ollut ulkomaan matkaa tarjolla Korona pandemian rajoitustoimenpiteiden takia. Tästä huolimatta menoa ja meininkiä ja mukavaa tekemistä riitti. Opetushenkilöstö loihti erilaisia pajoja koko viikoksi. Ohjelmaan kuului myös perusjutut kuten sauna- ja uintivuorot, oman huoneen siivous asumisvalmennustunnilla sekä asiointi. Leirikouluviikolla oli myös ratsastuskilpailut, johon saivat kaikki halukkaat opiskelijat osallistua.

Hyönteishotelli -paja

Leirikouluviikolla rakensimme opiskelijoiden kanssa suuren hyönteishotellin. Tarkoitus oli rakentaa hotelli ulkona, mutta alkuviikon huonosta säästä joutu- en aloitimme projektin pajalla.

Hotellin rakentaminen osoit- tautui varsin hauskaksi ja muka- vaksi projektiksi. Miespuoliset opiskelijat pitivät etenkin saha- misesta ja ruuvaamisesta. Kehik- ko saatiinkin nopeasti tehtyä. Suurin osa hotelliin tarvittavasta materiaalista oli kierrätettyä tai esim. ylijäämä lautta.

Osa opiskelijoista keräsi erilaista materiaalia koulun ympäristöstä mm. heinää, käpyjä ja oksia. Kat- to tehtiin vanhoista kattotiilistä. Huikeat kyltit viimeistelivät hien- non hotellin. Tuleva kesä näyt- tää millaisen vastaanoton hotel- limme saa.



Kukkahattutädin paja

Jo leirikouluu edeltävällä viikolla aloitettiin maalaamaan vanhoja saviruukkuja keltaisiksi ja punaisiksi. Leirikouluviikon aikana ruukuista syntyi mehiläisiä ja leppäkerttuja. Hyönteisruukut sidottiin Hannun opiskelijoiden kanssa pajassa tekemään kanaverkkokehikkoon. Kehikko maalattiin leirikouluviikolla auringonkeltaiseksi. Hyönteisruukkuseinä kiinnitettiin opiston edessä olevaan mäntyyn naruilla. Hyönteisruukkuja vahtimaan maalattiin saviruukuista maalattu ja koottu Floora-neiti.

Opiskelijat istuttivat orvokkeja hyönteisruukuihin sekä sisäänkäyntien kukkalaatikoihin ja ampeleihin. Orvokki-istutukset lannoitettiin ja kasteltiin. Opiskelijoiden kanssa huolehditaan tulevina viikkoina orvokkien kastelusta.

Kukkapajassa opiskelijat tekivät kotiin vietäväksi siemenpommit. He valitsivat siemenpussivalikoimasta haluamansa kukan siemeniä. Siemenet piilotettiin paperimasapalloon. Tärkeää oli pusertaa liiat vedet pois, etteivät siemenet alkaisi itämään pallossa. Siemenpommipallot kuivatettiin ja pussitettiin käyttöohjeen ja kuvan kanssa paperipussiin kotiin vietäväksi.



Huojuva torni

Leirikouluviikon yhtenä ideana oli rakentaa yhdessä pajalla ulkopeliksikin tarkoitettu "Huojuva torni"-peli.

Opiskelijat saivat tehtäväkseen suunnitella pelipalikoitten kokoa ja värit. Puulevystä mitattiin tarvikkeet ja puuosat työstettiin hiomalla sekä annettiin niille värit pintaan. Peliin tehtiin iso puinen värinoppa, jolla saa heittää seuraavan siirron värin mukaan. Pelipalkkoihin laitettiin opiston oma polttoleima.



Pelipalikoita varten valmistettiin myös liikuttava tarvikelaatikko jossa saa kuljetettua pelivälineitä mukana.

Koko peliporukan valmistajat toivottaa hyviä pelihetkiä.



Betonista on moneksi

Leirikouluviikon yhtenä pajana oli betonipaja. Ideana oli valmistaa betonikoristeita puutarhaan. Opiskelijat valitsivat muotit ja öljysivät ne pensselin avulla valmiiksi betonimassaa varten. Muotteina käytettiin hiekkalelumuotteja, käytöstä poistettuja kakkuvuokia ja erilaisia matalia muoviastioita.

Valmis betonimassa lusikoitiin muotteihin, joihin hytkyteltiin muutamia kertoja ilmakuplien hävittämiseksi massasta. Osa muoteista asetettiin betonimassan pinnalle koristekiviä sekä luonnosta kerättyjä lehtiä ja oksia.

Sen jälkeen opiskelijat asettivat muotit kuivumaan tasaiselle alustalle ja taisi muutama opiskelija lausua pari taikasanaa hyvien "kakkujen" eli puutarhakoristeiden onnistumiseksi.

Osa kuivuneista massoista kumottiin jo seuraavana päivänä ja isoimmat koristeet jatkoivat kuivumistaan vielä leirikouluviikon jälkeenkin. Tarkoituksena on vielä maalata osa koristeista, jonka jälkeen ne siirretään opiston puutarhaan meidän kaikkien iloksi.



Kadonneen aarteen etsintä

Leirikouluviikon retki suuntautui Lehtimäen Valkealammen kauniiseen maastoon, lammen rantaan. Pienryhmä kerrallaan opiskelijat saapuivat eväineen Valkealammelle Merirosvo Mustaparran kadonneen aarteen etsintään. Tunnelmaan virittäydyttiin Kapteeni Koukku -musiikin avulla sekä pukeutumalla huiviin ja silmälappuun.

Ennen aarteen löytymistä oli suoritettava tehtäviä, jotka johdattivat aarteen luo. Viimein kadonnut aarre löytyi ja löytöpalkkiokin oli luvassa. Nimittäin leirikoulun viimeisenä päivänä herkuteltaisiin jäätelöbaarin tuotteilla. Kurkkaapa lehden takakansi.

Retken kohokohta taisi kuitenkin olla nuotiolla paistetut makkarat, sillä jokainen tähyili vähän väliä "yhdellä silmällä" nuotion suuntaan. Onneksi sää suosi retkipäiviämme.



Justuksen musapaja

Justuksen vetämässä musapajassa muun muassa valmistettiin erilaisia soittimia kuten sadeputkia ja shakereita. Ääntä saatiin aikaiseksi esimerkiksi kuivatuilla herneillä ja makaroneilla.



Ylläripylläri -paja

Ylläripylläri -pajassa mm. maalailtiin kuplilla ja kuljettiin motoriikkaa vaativa taitorata. Motoriikkaa tarvittiin myös korkkien poiminnassa vesiastiasta. Pari ryhmää pääsi kokeilemaan myös heittotaitojaan sekä arvuuttelemaan kevääseen ja kesään liittyviä tietojaan Kahoot-sovelluksella toteutetussa tietovisassa.



Retkeilyä Valkealammen maastossa



Ratsastuskilpailu

Lehtimäen opistolla oli ratsastuskilpailu 11.5.2020. Samanlaiset kilpailut on järjestetty jo monena keväänä. Tänä vuonna oli 18 kilpailijaa. Kilpailuihin voivat osallistua ne opiskelijat, joilla on ollut oma ratsastusvuoro viikottain. Ratsastajien apuna oli hevosen taluttaja ja tarvittaessa vierellä kulki ohjaaja. Kilpailurata oli maneesissa. Ohjelmassa oli pysähdyksiä, pujottelu, kääntymisiä ja reipas käynti.

Ratsuina olivat Casper C eli Kassu, A.T. Vili eli Vili, Salema-Gaspaza eli Selma ja Preili Praline eli Preili. Ratsastajat ja hevoset suorittivat tehtävänsä hienosti. Joitakin ratsastajia vähän jännitti ja jotkut ratsastivat jopa paremmin kuin harjoituksissa. Kaikki saivat suorituksensa jälkeen palkintoruusukkeen ja diplomin. Seuraavana päivänä kilpailijat saivat oman kilpailupöytäkirjansa, jossa on jokaisen saama pistemäärä ja tuomarin merkinnät.



Minna Koivunen



Anni Nurmi



Suvi Piekkola

Tallityöt

Minä saan tutustua mitä tallin töihin kuuluu. Tallin henkilökunta päättää mitä pitää tehdä tallitöissä. Tallitöihin kuuluu purujen lajittelu hevosten karsinoihin, hevosten hoito ja heinien lajittelu. Minä vien aamu- ja iltahienä kassilla hevosille valmiiksi. Minun pitää vaihtaa ponille vedet, puhdistaa ruoka-astiat ja juoma-astiat ja laittaa takaisin paikoilleen. Minä ripustan tallin pyykit kuivaushuoneeseen. Laitan valmiiksi myös satulat, suitset ja harjasangot. Haen hevoset takaisin talliin. Sitten minä harjaan hevoset, puhdistan kaviot ja otan usein hevosten loimet pois. Hevosille voi juttella. Ne tykkävät siitä.



Kun hevosta viedään takaisin talliin pitää olla tarkkana, että hevonen ei ota heiniä. Se saa heinät vasta illalla. Hevoset ovat ihania elämiä. Minä tykkään kaikista hevosista. Minulla on neljä suosikkihevosta: Selma, Preili, Bella ja Tuima. Tuima on suomenhevonen. Se on utelias nuori hevonen ja kun minä harjasin sitä eka kertaa se tuli lähelle ja haisteli minun saappaista. Tuiman turpa kutitti minua.

Hevosten hoitajan pitää olla kärsivällinen. Tallissa on kaksi tallikissaa Anna ja Elsa. Tallitöitä on mukava tehdä. Tykkään olla hevosten parissa. Minä rakastan hevosia paljon. Tunnen hevosia hyvin, olen lukenut niistä ja opiskellut hevosten varusteet ulkoa. Tärkeimpiä sääntöjä ovat, että puhelin pitää olla äänettömällä, tullaan rauhassa talliin ja tallissa ei saa meluta, koska hevoset voivat pelästyä. Nämä ovat kolme tärkeintä asiaa, jotka pitää muistaa.



Teksti: Minna Koivunen

Aikuisopiskelijat ja TEO-ryhmä teatterissa

Ennätimme tehdä teatterivierailun 5.3.2020 Seinäjolle juuri ennen Korona-epidemiaa ja rajoitustoimenpiteitä. Matkustimme Jousmäen taksilla Seinäjoelle. Katsoimme Seinäjoen kaupunginteatterin esityksen Komisarior Palmun erehdys, joka oli kirjailija Mika Waltarin teoksen pohjalta tehty mestarillinen dekkarikomedia.

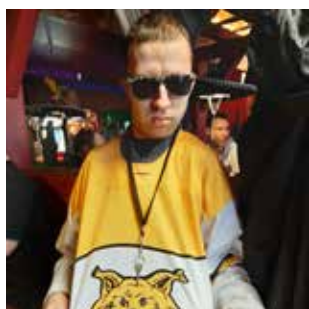
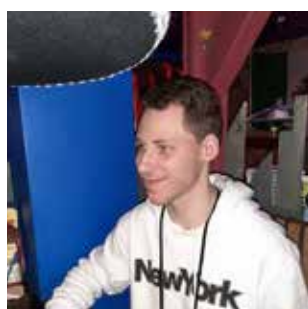
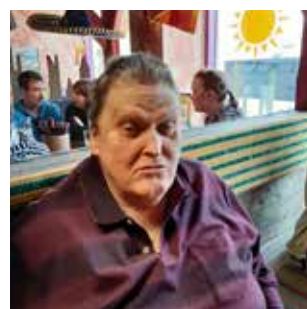
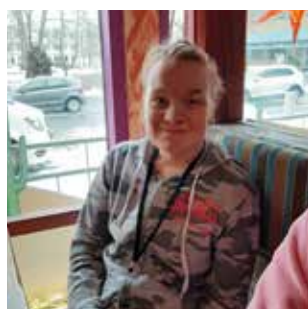
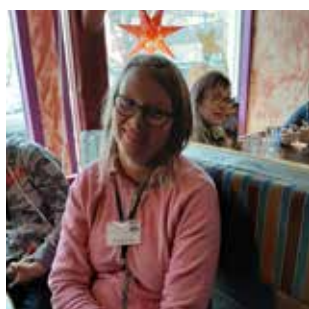
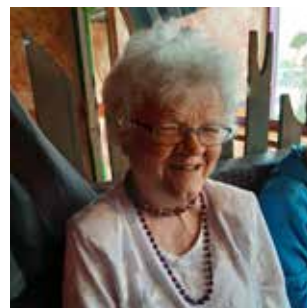
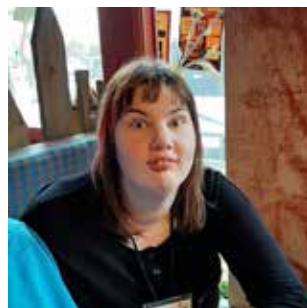
Eriskummallisen ja rikkaan suvun musta lammas Bruno Rygseck löydetään kotoaan kuolleena. Paikalle kutsutaan Komisarior Palmu avustajiensa Kokin ja Virran kanssa. Selviää, että edellisillan juhlissa mustat voimat ovat olleet läsnä. Ja kuinka ollakaan jokainen suvun jäsen on ollut paikalla. Monien käänteiden jälkeen Palmulle alkaa selvitä tapahtumien koko kulku. Jokainen on epäilty, mutta kuka onkaan syyllinen.

Teron tykkäsi esityksestä kovasti. Varsinkin lavasteet tekivät vaikutuksen Teroon. Myös näyttelijäsuoritukset onnistuivat. Myös Suvi ja Katariina tykkäsivät esityksestä. Erityisesti mieleen jäi vaikuttava ja vähän pelottavakin alku, kun Bruno Rygseck oli korkealla lavasteissa. Hauska kohtaaminen oli, kun Kokki pätkäili sohvatyynyjä apuna käyttäen kuka voisi olla murhaaja. Tyynyt kuvastivat murhaajaehdokkaita.



Teatterin kuvat: Jukka Kontkanen

Teatteriesityksen jälkeen retkeemme sisältyi myös ruokailu PanchoVillassa. Olimme tilanneet etukäteen PanchoVillaan ruoka-annokset. Jonkin aikaa saimme kuitenkin odotella aterioita. Se kyllä kannatti, koska ruoka oli todella hyvää ja annokset isoja. Syötyämme "pakkasimme itseme" taksiin ja kotimatka Lehtimäelle alkoi.



Wagner ja Viivi kevytsmoothie



KATSO VIIVI TÄSSÄ
ON SINULLE TOSI
KEVYT SMOOTHIE!



ONKO TUO MUKA KEVYT?
EI NÄYTÄ SILTÄ.
TEE UUDESTAAN.

HÖ NAISET, MIKÄÄN EI KELPAA.
KOVA URAKKA TEHDÄ TÄTÄ.
MOKOMAT NAISET!



KEVÄT

Nyt on kevät ja murkut ovat heränneet taloihin.
Karhut ovat heränneet ja pihat ovat törkyiset.
Aurinko paistaa.

Lunta on paikka paikoin.
Pajunkissat ovat tulleet pajuihin.
Kohta on pääsiäinen. Kokot syttyvät.
Noidat lentää. Syräään mämmiä.
Tintit laulaa titityy.
Västäräkit tuleva kohta puolin.
Ens kärpäset lentää.

Katariina

Oli kesäkuu ihanan lämmin, oli valoisa ilta.
Oli kivaa tekemistä uimarannalla.
Mökki on ihana paikka, siellä oli vieraita.
Illalla vieraat olivat uimassa ja saunomassa,
oli ihan lämmintä mökillä.

Mari

KESÄ

Kärpäset surraa, kaikki huutaa hurraa.
Ampiaiset porrää, linnut laulaa.
Nyt lämmitetään mökkisaunaa.
Aurinko paistaa, haluamme mansikoita maistaa.
Jäätelö sulaa, tanssimme hulahulaa.
Kissa leikkii nurmikolla, kaikilla meillä on hauska olla.

Katariina



Kesällä aurinko paistaa
Ja kukat tuoksuvat, ovat kauniita.
Mehiläiset tekevät ahkerasti hunajaa
Ja ihmiset menevät nurmikolle makaamaan.
He saavat myös paistaa makkaraa.

Minna Mäki-Könnö



Tällaisilla jätskiannoksilla saimme herkutella leirikouluviikon päätteeksi jäätelöbaarissa. Jokainen sai rakentaa oman suosikkiannoksensa.

Aurinkoa ja jätskikesää lukijoille toivottaa Lehtimäen opiston väki.

