

Koulutuskalenteri

syksy 2022 – kevät 2023

SYKSY 2022

■ ■
Virikkeitä iäkkäiden kuntosali- ja kotiharjoitteluun
1.9.2022, JYVÄSKYLÄ
Hinta: 160 €

■ ■ ■ ■
Elämäni eläkevuodet -valmentaja-koulutus E-koulutus
6.9. ja 8.9.2022 ja 14.2.2023
Hinta: 160 €

■ ■ ■ ■
Arvostava kohtaaminen ja ratkaisukeskeinen vuorovaikutus
13.9.2022 HELSINKI/ hybridi
Hinta: 160 €

■ ■
Virikkeitä iäkkäiden ulkoliikuntaan
28.9.2022, SEINÄJOKI
Hinta: 160 €

■
Työkaluja kuntosaliharjoitteluun ja ikäihmisten ohjaamiseen
29.9.2022, JYVÄSKYLÄ
Hinta: 180 €

■ ■ ■ ■
Virikkeitä iäkkäiden liikunnanohjaukseen 1
29.9.2022, KUOPIO
Hinta: 160 €

■
Liikunta ja muistisairaudet
E-koulutus 5.10.2022
Hinta: 135 €

■
Virtaa ja voimaa vedestä
7.10.2022, SEINÄJOKI
Hinta: 165 €

■ ■
Liikuntaneuvontaa ikäihmisille
11.10.2022, HELSINKI
Hinta: 180 €

■ ■
Ikäihmisten liikunta ja ravitsemus
E-koulutus 13.10.–10.11.2022
Hinta: 100 €

■
Lempeää liikuntaa istumajoogan keinoin
3.11.2022, TAMPERE
Hinta: 150 €

■ ■ ■ ■
Toimiva työyhteisö iäkkäiden hyvän arjen tukena
9.11. HELSINKI/ hybridi
Hinta: 160 €

■ ■
Liikuntaneuvontaa ikäihmisille
E-koulutus 29.11.2022
Hinta: 110 €

■ ■
Virikkeitä iäkkäiden liikunnanohjaukseen 2
1.12.2022, HELSINKI
Hinta: 160 €

KEVÄT 2023

■ ■ ■ ■
Virikkeitä iäkkäiden liikunnanohjaukseen 1
9.2.2023, TURKU
Hinta: 160 €

■ ■
Liikuntaneuvontaa ikäihmisille
E-koulutus 14.2.2023
Hinta: 110 €

■ ■ ■ ■
Keinoja ja välineitä iäkkäiden mielen hyvinvoinnin vahvistamiseen vanhustyön arjessa
15.2.2023 HELSINKI/ hybridi
Hinta: 160 €

■
Työkaluja kuntosaliharjoitteluun ja ikäihmisten ohjaamiseen
15.2.2023, TAMPERE
Hinta: 180 €

■ ■
Virikkeitä iäkkäiden liikunnanohjaukseen 2
14.3.2023, OULU
Hinta: 160 €

■ ■
Ikäihmisten liikunta ja ravitsemus
E-koulutus 27.3.–24.4.2023
Hinta: 100 €

■
Kultaa kouluttajille – treffit verkossa
28.3.2023
Hinta: 80 €

■ ■ ■ ■
Ratkaisukeskeinen ja voimaantumista vahvistava ohjaus -koulutus
18.4.2023 HELSINKI/ hybridi
Hinta: 160 €

■ ■
Virikkeitä iäkkäiden kuntosali- ja kotiharjoitteluun
18.4.2023, LAPPEENRANTA
Hinta: 160 €

■ ■
Liikuntaneuvontaa ikäihmisille
9.5.2023, TURKU
Hinta: 180 €

■
Virtaa ja voimaa vedestä
12.5.2023, PÄÄKAUPUNKISEUTU
Hinta: 165 €

■ ■
Virikkeitä iäkkäiden ulkoliikuntaan
16.5.2023 HELSINKI
Hinta: 160 €

■
Lempeää liikuntaa istumajoogan keinoin
E-koulutus 1.6.2023
Hinta: 110 €

Ilmoittautuminen

osoitteessa www.ikainstituutti.fi/koulutuskalenteri pääsääntöisesti kolme viikkoa ennen koulutuksen alkua. Kutsukirje ja lasku lähetetään noin viikkoa ennen kurssin alkua. Kurssimaksu sisältää koulutuksen, kahvit ja kurssimateriaalin ellei toisin mainita.

Tiedustelut:
koulutus@ikainstituutti.fi tai
020 155 5030 tai 09 6122 160 *keskus.

Kurssi sopii / on tarkoitettu

- vanhustyön ammattilaisille
- vertaisohjaajille, iäkkäiden ryhmiä ohjanneille
- senioritanssijoille
- liikunnan ja kuntoutuksen ammattilaisille
- kaikille kiinnostuneille
- Ikäinstituutin kouluttaja-koulutuksen käyneille

E-koulutus = verkkokoulutus
Hybridi = verkko- ja lähikoulutus



Oppimisen tukena useissa koulutuksissamme on Moodle-oppimisympäristö



Ikäinstituutti

Kouluttajakoulutukset

SYKSY 2022



TaloTsemppari

E-kouluttajakoulutus
13.9., 20.9. ja 27.9.2022
Hinta: maksuton



Ulkoiluystäväksi iäkkäälle

E-kouluttajakoulutus
15.9., 21.9., 28.9. 2022 + evaluointi
Hinta: 120 €



VoiTas-kouluttajakoulutus

– läkkäiden voima- ja tasapaino-
harjoittelu
25.–26.10.2022 + evaluointi,
SEINÄJOKI
Hinta: 380 €



Kunnon Hoitaja -kouluttajakoulutus

Hybridi 27.10., 9.11. lähipäivä HELSINKI,
23.11.2022 + evaluointi
Hinta 250 €



Ulkoiluystäväksi iäkkäälle

E-kouluttajakoulutus
10.11., 17.11. ja 24.11.2022 + evaluointi
Hinta: 120 €



VoiTas-kouluttajakoulutus

– läkkäiden voima- ja tasapaino-
harjoittelu 15.–16.11.2022
+ evaluointi, ESPOO
Hinta: 380 €

KEVÄT 2023



Ulkoiluystäväksi iäkkäälle

E-kouluttajakoulutus
24.1., 31.1. ja 7.2. + evaluointi
Hinta: 120 €



Voimaa etäjumpasta

E-kouluttajakoulutus 7.2. + evaluointi
Hinta: 125 €



TaloTsemppari

E-kouluttajakoulutus
2.3., 9.3. ja 16.3.2023
Hinta: maksuton



Kunnon Hoitaja -kouluttajakoulutus

Hybridi 8.3., 23.3. TAMPERE (lähipäivä),
18.4. + evaluointi
Hinta 250 €



VoiTas-kouluttajakoulutus

– läkkäiden voima- ja
tasapainoharjoittelu
21.–22.3. + etäevaluointi, OULU
Hinta: 380 €



Ulkoiluystäväksi iäkkäälle

E-kouluttajakoulutus
18.4., 25.4., ja 3.5. + evaluointi
Hinta: 120 €



VoiTas-kouluttajakoulutus

– läkkäiden voima- ja
tasapainoharjoittelu
25.–26.4. + etäevaluointi, TAMPERE
Hinta: 380 €



Senioritanssin ohjaus kouluttajakoulutus

Jatkokurssi II, diplomikurssi
10.–11.5. + evaluointipäivä, HELSINKI
Hinta: 190 €
(Senioritanssiliiton jäsenet
ja eläkeläiset 170 €)

*Kouluttajakoulutuksiin
osallistuneet saavat valmiudet
kouluttaa uusia osajia seniorityöhön
ja erityisliikuntaan.*

Senioritanssi

SYKSY 2022



Senioritanssin ohjaus I –peruskurssi

30.9.–1.10.2022, KUOPIO
Hinta: 180 €
(Senioritanssiliiton jäsenet
ja eläkeläiset 130 €)



Senioritansseja istuen ja seisten

E-koulutus 6.10.2022
Hinta: 80 €



Senioritanssi Startti

12.10.2022, HELSINKI
Hinta: 130 €
(Senioritanssiliiton jäsenet
ja eläkeläiset 90 €)



Helppoja senioritansseja vuosien varrelta

27.–28.10.2022, JYVÄSKYLÄ
Hinta: 155 €
(Senioritanssiliiton jäsenet
ja eläkeläiset 115 €)



Iloa istumatansseista – tukea tuolista

28.10.2022, KUOPIO
Hinta: 125 €
(Senioritanssiliiton jäsenet
ja eläkeläiset 85 €)

KEVÄT 2023



Senioritansseja istuen ja seisten

E-koulutus 15.2.2023
Hinta: 80 €



Senioritanssi Startti

3.3.2023, ROVANIEMI
Hinta: 130 €
(Senioritanssiliiton jäsenet
ja eläkeläiset 90 €)



Senioritanssin ohjaus I –peruskurssi

9.–10.3.2023 HELSINKI
Hinta: 180 €
(Senioritanssiliiton jäsenet
ja eläkeläiset 130 €)



Senioritanssin ohjaus II -jatkokurssi

20.–21.4.2023, HELSINKI
Hinta: 165 €
(Senioritanssiliiton jäsenet
ja eläkeläiset 115 €)



Helppoja senioritansseja vuosien varrelta

27.–28.4.2023, LAPPEENRANTA
Hinta: 155 €
(Senioritanssiliiton jäsenet
ja eläkeläiset 115 €)



Ikäinstituutti

Jämsänkatu 2, 00520 Helsinki
Puh. 09 6122 160