

MEIDÄN LAPPEENRANTA

Asukaslehti 1/2025



**Etelä-Karjalan
työllisyysalue aloitti
toimintansa**

s. 2–3



**Meijän Rantojen
tulevaisuus**

s. 6



Liikunnan kevät

s. 7–10

Kaavoitusohjelma

s. 4–5

**Alkuvuoden
tapahtumanostoja**

s. 11–12



Tuomo Sallinen
Kvar. Generaxion

Todennäköisyyksiä vastaan

”**TOIVOA** ei ole, ja huonosti menee – ollaanhan kuitenkin Itä-Suomessa.” Tämä kertomus on tullut ja tulee yhä usein vastaan eri yhteyksissä. Ja kertomukselle on kyllä valitettavasti todisteaineistoakin. Lappeenrannan toimintaympäristö kaakonkulmalla ei ole helpoin mahdollinen.

Haastavien realiteettien edessäkin täytyy silti uskoa, että omalla määrätietoisella ja sitkeällä työllä asioihin voi vaikuttaa. Muutos vaatii rohkeutta, ja kaupunkiorganisaatiosta uskallusta löytyi, kun pölyytimme rivakasti vanhoja toimintatapojamme. Tuloksena oli vähintään uskoa herättävä ja plusmerkkiseksi käänntynyt vuosi 2024, joka piti sisällään hienoja onnistumisia: upea tapahtumakesä, erinomaisia uutisia yritysmaailmasta ja Suomen toiseksi paras nousu Kuntien imago -tutkimuksessa.

Kaupungin toiminnoista erityiskiitos kuuluu mieluksiin kuvaansa tutkimuksenkin valossa merkittävästi parantaneelle kaavoituksellemme, johon liittyvät valmistelu ja esitykset ovat merkityksellisiä niin yrityksille kuin meille asukkaillekin. Kaavoituksessa luodaan perusta kaupungin menestyksen edellytyksille. Suosittelemme tutustumaan tämän lehden sivuilta laajaan 84 kohteen kaavoitusohjelmaan, josta selviää mitä on valmistelussa nyt ja lähivuosina.

Meidän rannat -kokonaisuus on paitsi yksi kaupunkisuunnittelumme kärkihankkeista, myös kokonaisvaltainen esitys kaupungin ranta-alueiden tulevaisuudesta. Ja kun kyse on rannoista, valmistelu ja muutosehdotukset tulevat herättämään keskustelua. Uskon, että lopputulos palkitsee varmasti, sillä pitkälle aikavälille ja useammalle vuodelle sijoittuvat uudistukset ovat Lappeenrannalle välttämättömiä.

Yksi uudistus sen sijaan saatiin jo maaliin, kun Etelä-Karjalan työllisyysalue aloitti toimintansa vuodenvaihteessa. Kaupunkiorganisaatioomme siirtyi yli 120 henkilön edestä asiantuntemusta, mutta myös paljon lakisääteistä vastuuta, joten Lappeenrannalla vastuukuntana on suuri ja haastava tehtävä edessään.

TE-uudistusta ei luonnollisesti ole tehty köykäisin perustein ja siten on syytä uskoa, että kaikki menee hyvin. Kaupunki on historiaan siirtynyt TE-toimistoa paikallisempi toimija, ja mikäli lainsäädäntö vaan sallii, uusia paikallisesti soveltuvia toimintatapoja on mahdollista ottaa käyttöön.

Olemme tosin jo etukäteen kuulleet Kuntaliitolta arviota siitä, että uudistus on alibudjetoitu, ja Etelä-Karjalassakin joudutaan tulemaan toimeen vähillä rahoilla. Todennäköisyydet tuntuvat siltä osin olevan jälleen vastaan, mutta luovuttaminen ei ole meille vaihtoehto.

Lappeenranta on selvinnyt jo 375 vuotta pienistä paikallisista ja suurista geopolitiittisistäkin muutoksista ja haasteista lopulta leuka pystyssä, ja olen varma, että alkanutkaan vuosi ei tule olemaan poikkeus.

Tuomo Sallinen

Lappeenrannan kaupunginjohtaja

Etelä-Karjalan työllisyysalueen toiminta käynnistyi vuodenvaihteessa

Työvoimapaalveluiden järjestämistä vastuu siirtyi kunnille vuoden 2025 alusta, jolloin myös Etelä-Karjalan työllisyysalue aloitti toimintansa. Työllisyysalueen muodostaa kaikki Etelä-Karjalan kunnat ja sen vastuukuntana toimii Lappeenranta.

TYÖLLISYYSALUEEN valmistelu-työhön on tarvittu jokaisen Etelä-Karjalan kunnan sekä muiden maakunnan keskeisten toimijoiden vankkaa yhteistyötä. Etelä-Karjalan työllisyysalueen työllisyysjohtaja **Sanna Natunen** onkin erittäin tyytyväinen valmisteluun.

– Minulla on todella hyvä ja odottavainen fiilis. Samalla olen kiitollinen kaikesta siitä työstä, jota olemme yhdessä eri toimijoiden sekä etenkin TE-palveluilta siirtyvän henkilöstön kanssa maakunnassa tehneet. Työllisyysalueella on motivoitunut ja asiantunteva porukka valmiina palvelemaan ja kehittämään Etelä-Karjalan elinvoimaa ja sen asukkaiden työllisyyttä ja hyvinvointia.

Työllisyysalueen toiminta perustuu vankkaan maakunnalliseen yhteistyöhön

Natunen on myös erittäin mielissään siitä, että pitkäjänteinen valmistelu on sujunut saumattomasti ja aikataulussa. Tätä on edesauttanut järjestelmällinen organisointi ja yhteistyö.

– Valmisteluvaiheessa sovimme ensin kuntien kesken siitä, että Lappeenrannan kaupunki vastaa työllisyys- ja maahanmuuttopalveluiden järjestämisestä koko maakuntaan ja siitä, kuinka paljon kunnat panostavat työllisyyden ja kotoutumisen palveluihin. Tämän jälkeen olemme lähteneet miettimään organisaatiota ja sitä, miten käytössämme oleva rahoitus auttaa parhaalla mahdollisella tavalla Etelä-Karjalan yrityksiä, työnantajia ja työnhakijoita.

– On ollut tärkeää, että jo heti valmistelun alussa olemme ottaneet mukaan kaikki keskeiset toimijat, kuten oppilaitokset ja kolmannen sektorin edustajat. Näin voimme aidosti tehdä yhteistyötä. Lappeenrannan kaupungilla on ollut iso rooli hallinnollisten ja esimerkiksi tietojärjestelmiin liittyvien asioiden valmistelussa yhdessä Meita Oy:n kanssa.

Vaikka Lappeenrannalla on työllisyysalueen veto-vastuu, toiminta perustuu vahvaan yhteistyöhön. Etelä-Karjalan kuntien rooli on ollut tärkeä jo heti valmisteluvaiheen alusta lähtien, ja se jatkuu myös nyt toiminnan käynnistymisen jälkeenkin.

Etelä-Karjalan työllisyys- ja maahanmuuttopalveluiden toimipaikat ja aukioloajat

Lappeenranta

Työllisyys- ja maahanmuuttopalvelut ja monialainen yhteispalvelu

Villimiehenkatu 2 B, 53100 Lappeenranta (Lappeenrannan virastotalo)

avoinna ma–pe klo 9–16

Maahanmuutto- ja kotoutumispalvelut palvelupiste Momentti

Kauppakeskus IsoKristiina (P1-kerros) Brahenkatu 3, 53100 Lappeenranta

avoinna ti ja to klo 12–15

Imatra

Työllisyys- ja maahanmuuttopalvelut

Tainionkoskentie 70, 55120 Imatra

avoinna ma–pe klo 9–12 ja 13–16

Monialainen yhteispalvelu

Tainionkoskentie 1, 55120 Imatra (aikuisten keskus)

avoinna ma–pe klo 9–16

MEIDÄN LAPPEENRANTA 1/2025, 8.1.2025, 17. vuosikerta. Lappeenrannan kaupungin asukaslehti jaetaan kaikkiin talouksiin Lappeenrannassa. Ilmestyy myös internetissä www.lappeenranta.fi // ISSN 2670-0530 (painettu), ISSN 2670-1146 (verkkojulkaisu) // Painos 45 500 kpl //

Päätoimittaja **Ding Ma**, ding.ma@lappeenranta.fi // Tuottaja **Sami Soljansaari**, sami.soljansaari@lappeenranta.fi // LIIKKEELLE **Anna Seppänen**, anna.seppanen@lappeenranta.fi // TAPAHTUMANOSTOT **Ella Taavitsainen**, ella.taavitsainen@lappeenranta.fi // ULKOASU JA TAITTO **Generaxion** // ETUSIVUN PÄÄKUVA **Generaxion** PIKKUKUVAT **Kuke / Mikko Virtaperko, Kaisa Koponen, Generaxion** // JAKELUHÄIRIÖT puh. 02 900 10042 ja www.jakelupalaute.fi // Seuraava lehti ilmestyy keuhällä 2025



– Kuntajohtajista on muodostettu yhteistyöryhmä, joka osallistuu niin toiminnan kuin taloudenkin suunnitteluun. Lisäksi maakunnan päättäjistä on muodostettu meille oma lautakunta, Etelä-Karjalan työvoima ja maahanmuuttopalvelujen lautakunta. Lautakunnassa on kaikkien kuntien edustajat ja jäseniä on yhteensä 14. Yhteistyö lautakunnan ja kuntajohtajien kanssa on käynnistynyt hyvässä yhteistyössä.

– Tarvitsemme jatkossakin kuntien omien työllisyystoimien ja työllisyysalueen yhteistyötä. Myös palveluiden viestintää hoidetaan yhdessä kuntien kanssa. Lappeenrannan kaupungin verkkosivustolla on Etelä-Karjalan työllisyysalueen pääinformaatio, mutta myös alueen muut kunnat jakavat tietoa palveluista omilla verkkosivuillaan, Natunen kertoo.

Palvelut jatkuvat asiakkaille tutuissa paikoissa

Etelä-Karjalassa työllisyyspalveluja tuotetaan jatkossakin entisten TE-palveluiden toimipaikoissa Lappeenrannassa ja Imatralle – toimipaikat säilyvät siis ennallaan. Puhelinnumeroiden ja sähköpostiosoitteiden muutos on Natusen mukaan näkyvin muutos asiakkaille. Muutoksesta on pyritty tekemään mahdollisimman yksinkertainen palveluiden käyttäjille.

– Näistä informoidaan asiakkaita ja tiedot löytyvät myös kaupungin nettisivuilta viimeistään heti vuoden alussa. Tulemme tukeutumaan vahvasti myös Työmarkkinatorin Asiointi-palveluihin. Kannustamme ja tuemme asiakkaitamme digitaalisten asiointikanavien käytössä.

Työllisyysalueelle siirtyy yhteensä yli 120

"Arvot ohjaavat toimintaamme, ja haluamme tarttua rohkeasti asiakkaiden kanssa haasteisiin ja ratkoa niitä yhdessä asiakkaiden tarpeita kuullen."

Sanna Natunen, Etelä-Karjalan työllisyysalueen työllisyysjohtaja

asiantuntijaa, joten asiakkaiden palvelut pystytään turvaamaan myös jatkossa. Muutos tuo kuitenkin eteen myös uusia haasteita, joita työllisyysalueen on yhdessä ratkottava.

– Valitettavasti työllisyysalueella on nykytasoon verrattuna käytössä vähemmän rahoitusta palvelujen hankintoihin ja

muun muassa palkkatukeen. Joudumme siis tarkemmin miettimään, mitä palveluita tarjotaan ja kenelle. Tämä ei välttämättä ole huono asia, eli haemme myös tarjottaviin palveluihin vaikuttavuutta ja kustannustehokkuutta.

Natunen korostaa sitä, että Etelä-Karjalan työllisyysalueen toimintaa ohjaavat vahvasti sen arvot: rohkeasti, yhdessä ja eteenpäin katsoen.

– Arvot ohjaavat toimintaamme, ja haluamme tarttua rohkeasti asiakkaiden kanssa haasteisiin ja ratkoa niitä yhdessä asiakkaiden tarpeita kuullen. Ne ohjaavat myös yhteistyötämme yhteistyökumppaneidemme kanssa. Tulemme vahvistamaan koko maakunnan elinvoimaa ja työllisyyttä ja asukkaiden hyvinvointia rohkeasti, yhdessä ja eteenpäin katsoen.

Tietoa työvoimapalveluiden uudistuksesta

- **Julkisten työvoimapalveluiden järjestämisvastuu siirtyi valtion työ- ja elinkeinotoimistoilta kunnille ja kuntien muodostamille yhteistoiminta-alueille 1.1.2025.**
- **Suomeen on vuodenvaihteessa muodostunut 45 työllisyysaluetta.**
 - 39 järjestää palvelut vastuukuntamallina
 - 2 järjestää palvelut kuntayhtymämallina
 - 4 kuntaa järjestää palvelut itse
- **Kaakkois-Suomen kolme työllisyysaluetta ovat Etelä-Karjalan työllisyysalue, Etelä-Kymenlaakson työllisyysalue ja Kouvolan työllisyysalue.**

Etelä-Karjalan työllisyysalue verkossa

lappeenranta.fi/etela-karjalan-tyollisyyspalvelut

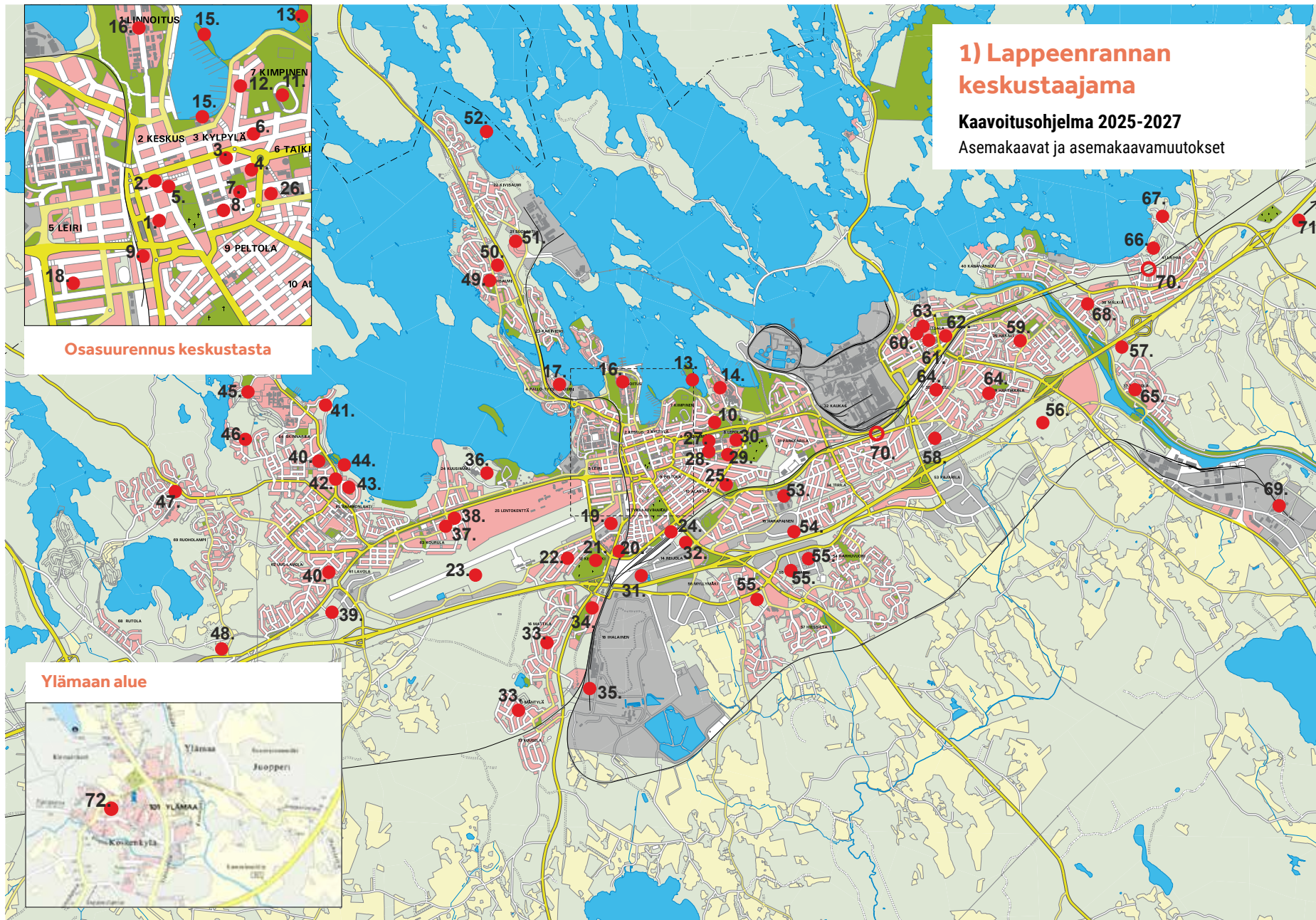
- Etelä-Karjalan työllisyysalue
- @etelakarjalantyo
- Lappeenrannan kaupunki – City of Lappeenranta

Kesäksi duuniin

Tule ja löydä kesätyö! Avoimia paikkoja myös alle 18-vuotiaille.

- **14.1. klo 13–16 Mansikkalan koulukeskuksen liikuntasali Imatra**
- **16.1. klo 13–16 Kaupunginteatterin lämpiö Lappeenranta**





Kaavoitusohjelma 2025–2027

Kaavoitus on keskeinen väline kaupunkirakenteen ja yhdyskunnan kehittämisessä. Kaavoitusohjelmassa sovitaan, mille alueille kohdistetaan kaavoitustoimenpiteitä lähivuosina.

Maankäyttö- ja rakennuslain 7 §:n mukaan kunnan on vähintään kerran vuodessa laadittava katsaus kunnassa ja maakunnan liitossa vireillä olevista ja lähiaikoina vireille tulevista kaava-asioista, jotka eivät ole merkitykseltään vähäisiä.

Elinvoiman ja kaupunkikehityksen toimialan kaupunkisuunnittelu on laatinut ehdotuksen Lappeenrannan kaupungin kaavoitusohjelmaksi vuosille 2025–2027. Kaavoitusohjelma on hyväksytty kaupunkikehityslautakunnassa 27.11.2024 ja kaupunginhallituksessa 9.12.2024.

Hyväksytty kaavoituskatsaus lisäaineistoinen julkaistaan myös kaupungin kotisivuilla lappeenranta.fi/kaavoitusohjelma

Yleiskaavat

Kartta 3

- Lappeenrannan keskustaajaman osayleiskaava 2030, Eteläisen osa-alueen vaihe 2
- Mikonsaaren, Vehkasalon ja Riihilahden osayleiskaava
- Kukkuroinmäen ja Konnunsuon osayleiskaava
- Keskustaajaman osayleiskaavan päivitys - Leiri
- Keskustaajaman osayleiskaavan päivitys - Lauritsala
- Joutsenon keskustaajaman osayleiskaavan päivitys - Laulujoutsen
- Lappeenrannan pienvesistöjen ja kylien osayleiskaava, Iitiä - Palsa osa-alue
- Lappeenrannan pienvesistöjen ja kylien osayleiskaava, Kasukkala - Vainikkala-osa-alue
- Lappeenrannan pienvesistöjen ja kylien osayleiskaava, Joutsenon osa-alue

- Keskustaajaman osayleiskaavan päivitys - Saikkola
- Huuhausuon ja Suurisuoan osayleiskaava

Lisäksi laaditaan asemakaavahankkeisiin liittyviä osayleiskaavojen tarkistuksia.

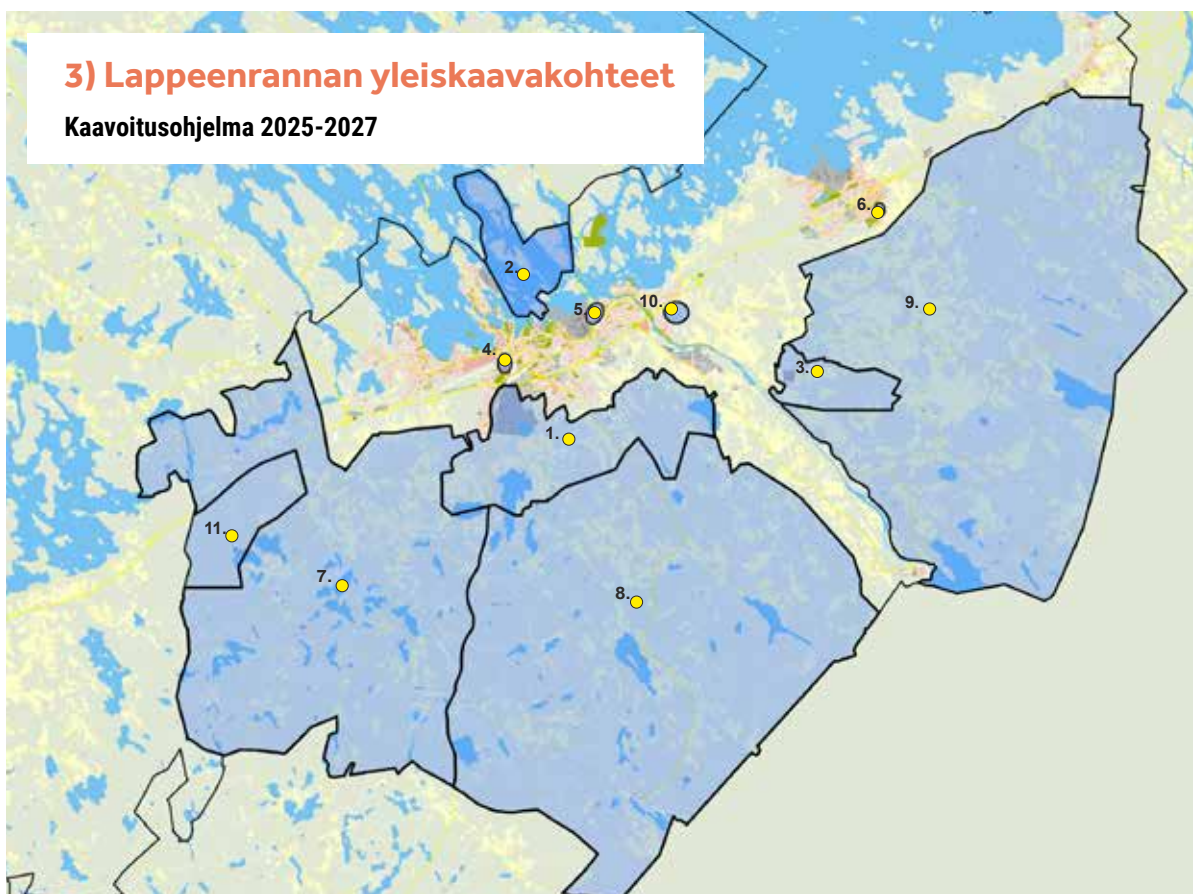
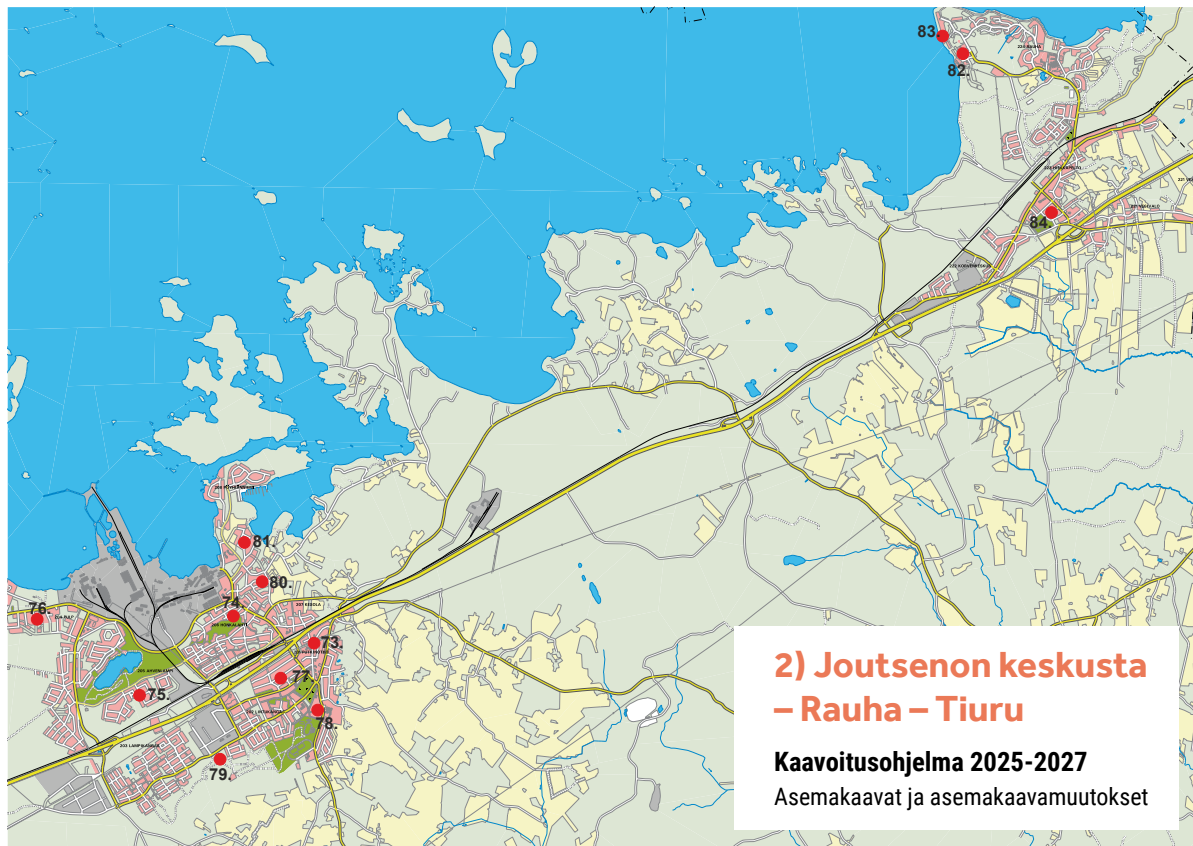
Asemakaavat ja asemakaavan muutokset

Kartalla 1, Lappeenrannan keskustaajama

- Kauppatorin ja ympäristökortteleiden kehittäminen
- Oprin korttelin kehittäminen • Kauppakatu 33
- Valtakatu 54 (Keilatalo)
- Valtakatu 51 Vapaudenaukio
- Ydinkeskustan pysäköintinormin päivitykset
- Musiikkiopisto
- Villimiehenkatu 6

- Kaupungintalon kortteli
- Keisarinasema
- Imatrantie 7-13
- Kimpisen urheilupuisto
- Kimpisenkatu
- Myllysaari
- Kahilanniemen kehittäminen • Keskussairaalan ranta-alue • Kahilanniementie 5
- Kaupunginlahden ranta-alueen kehittäminen • Aionkatu ja Halkosaari • Kylpylaitos ja Kasino
- Linnoituksen alue
- Tukkikatu
- Leirin pohjoisosan asuinalueen kehittäminen
- Leirin alueen kehittäminen
- Simolantien asuinalueen II-vaihe
- Ristikankaan hautausmaa

- Kesämäen alueen asemakaavan ajantasaistaminen
- Lentokentän alue • Lentokentätien yritysalueet • Aurinkopuisto
- Asemanseudun kehittäminen
- Entisen Alakylän koulun tontti
- Armilankatu 18-26 - Pohjolankatu 15-21
- Ammattiopisto Sampo
- Uusi uimahalli
- Entinen keskuspalloasema
- Armilan sairaalan alue
- Toikansuon puhdistamo
- Auto-Killan kortteli
- Mattilan - Mäntylän alueen asemakaavan ajantasaistaminen
- Paraistentien asuinalue
- Ihalaisen tuotantolaitos
- Huhtiniemen alueen kehittäminen
- Honkakatu 3



Yhteystiedot

Kaupunkisuunnittelu
Kaupungintalo 3. kerros,
Villimiehenkatu 1
Postiosoite: PL 11, 53101
Lappeenranta
Puhelinvaihe 05 6161
Sähköpostiosoitteet ovat
muotoa etunimi.sukunimi
@lappeenranta.fi
Asiakaspalveluun
ajanvaraus.

Kaupunginarkkitehti
Maarit Pimiä
puh. 040 653 0745

Sihtööri
Taina Lind
puh. 040 164 9611

Asemakaava-arkkitehti
Matti Veijovuori
puh. 040 660 5662

Yleiskaavainsinööri
Annamari Kauhanen
puh. 040 575 5590

Kaavoitusarkkitehdit
Kimmo Hautamaa
puh. 040 647 4889
Sanna Kokko
puh. 040 664 6490

Lupa-asioiden
asiakaspalvelu,
kaavasuunnittelija
Tarja Luukkonen
puh. 040 650 3340

Kaavasuunnittelijat
Sivi Ihalainen
puh. 040 650 1221
Matti Kettunen
puh. 040 484 9745
Hanna-Maija Marttinen
puh. 040 809 8657
Elina Moisio
puh. 040 649 5001
Niina Seppäläinen
puh. 040 668 4499
Tiia Sillgren
puh. 040 663 2525

Yleiskaavasuunnittelijat
Jenna Laakso
puh. 040 611 7209
Sami Tervo
puh. 040 632 6564
Henna Kukkola
puh. 040 158 8276
Kasper Lopperi
puh. 040 631 8813

Kaavavalmistelijat
Jouni Lahikainen
puh. 040 809 8841
Niklas Santala
puh. 040 626 0332
Kaisa Koponen
puh. 040 681 9494

Vuorovaikutussuunnittelija
Mikko Holm
(poissa 5.10.2024–
19.2.2025)
puh. 040 663 7753
Eveliina Sintonen
(16.9.2024-28.2.2025)

Maakuntakaava

Etelä-Karjalan liitto on aloittanut kokonaismaakuntakaavan valmistelun. Etelä-Karjalan maakuntakaava 2040:n kaavatyö on käynnissä.

Maakuntakaavan valmisteluun voit tutustua Etelä-Karjalan liiton sivuilla osoitteessa ekarjala.fi

- 38. Kuusitie 3
- 39. Raviradan alue
- 40. Länsialueen palveluverkko, vapautuvat alueet
 - Skinnarilan kouluja päiväkotit
 - Lavolan koulu
- 41. Rannanläheiset asuinalueet
- 42. Yliopistonkatu - Skinnarilankatu - Helsingintie
- 43. Orkoniitynkatu 7 - Liesharjunkatu 4
- 44. Sammonlahden ja Skinnarilan ranta-alueet
- 45. Skinnarilan kampusalue
- 46. Pienniemenkatu 7
- 47. Ruoholammen asuinalue
- 48. Salpausselänkadun alue
- 49. Voisalmen pallokentän alue
- 50. Voisalmen koulu ja päiväkotit
- 51. Suolahden teollisuusalue
- 52. Honkasaari

- 53. Kaakkoiskaari - Harapaisentie
- 54. Ruukintie 4 - 6
- 55. Hyrymäen ja Myllymäen alueet
 - Teollisuustonttien laajennukset
 - Hannalantien alue
 - Airikanpuisto
- 56. Pajarilanväylän työpaikka-alue, vaihe II
- 57. Matkailuramppien alue
- 58. Lapveden teollisuusalue
- 59. Hakali - Hovinpelto alueen asemakaavan ajantasaistaminen
- 60. Lauritsala-talo ja terveysasema
- 61. Lauritsalan torin ympäristökortteleiden kehittäminen
- 62. Hallituskatu 39
- 63. Lauritsalan koulun kortteli
- 64. Itäisen alueen vapautuvat urheilualueet
 - Lumikonttien kenttä
 - Lapveden kenttä
- 65. Kanavapuisto

- 66. Laihianranta
- 67. Myllyniemi
- 68. Pontuksen/Laihian/Mälkiän täydennysalueet
- 69. Mustolan satama- ja teollisuusalue
- 70. Kaksoisraide
- 71. Muukonkangas
- 72. Koskentie 12 (Ylämaa)

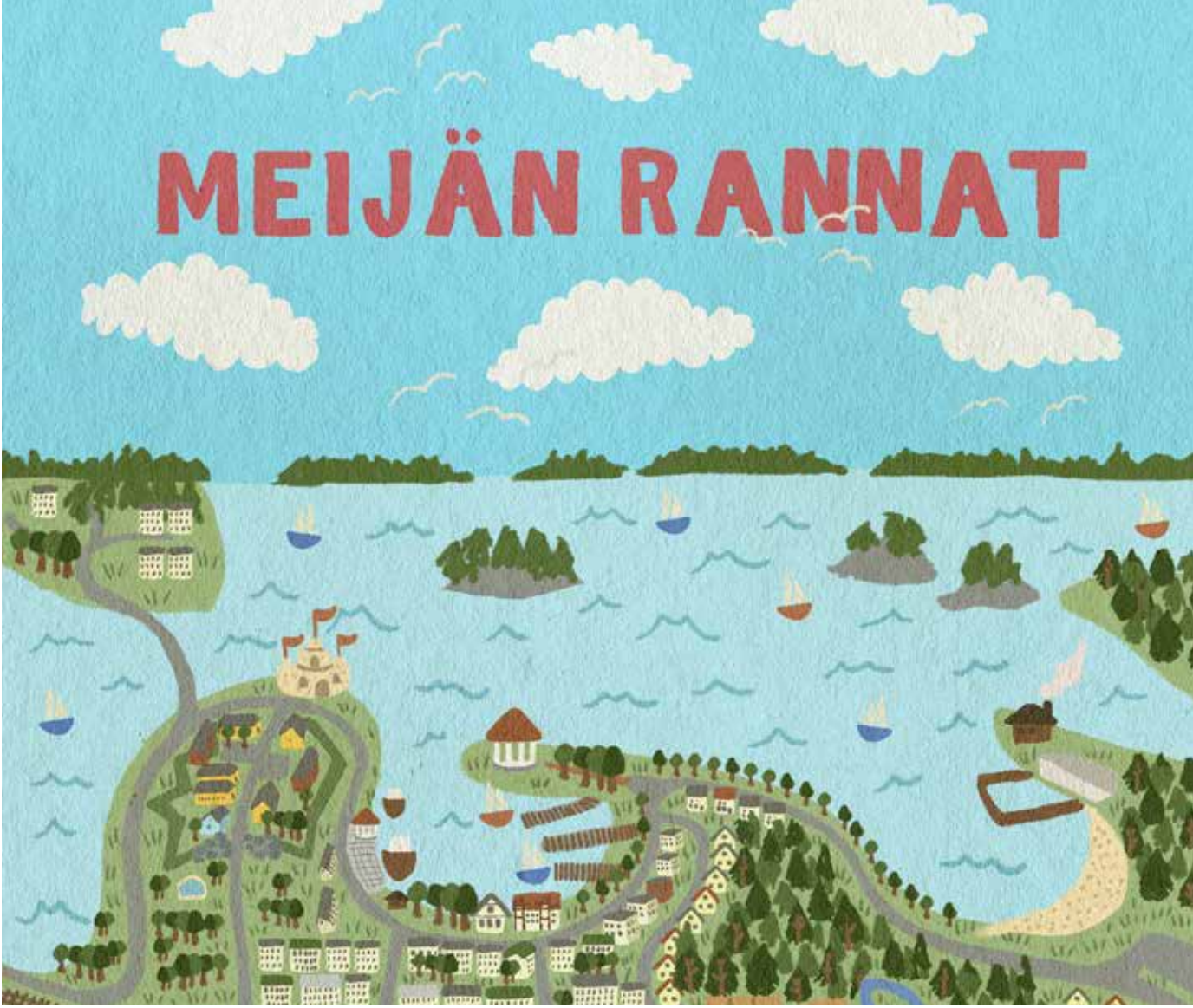
Kartalla 2, Joutsenon keskusta- Rauha-Tiuru

- 73. Kesolantien- Myllytien alue
- 74. Honkalahden työväentalon kenttä
- 75. Ahvenlammen alueen asemakaavan ajantasaistaminen
- 76. Pulpin pohjoisosaa
- 77. Välitien alueen kehittäminen
- 78. Laulujoutsenen alue
- 79. Lappeentien eteläpuolen asuinalue
- 80. Tennistien itäinen alue

- 81. Punnanlahden alue
- 82. Tiurun sairaala-alue
- 83. Lääkärintie 13
- 84. Pajupolun alue

Asemakaavakohteista on liitekartat, joissa kohteen numero osoittaa suunnittelualueen likimääräisen sijainnin kartalla.

Ajantasaisen tiedon kaavan etenemisestä löydät kaupungin kotisivuilta osoitteessa lappeenranta.fi/kaavoitus



Meijän rantojen tulevaisuus

Lappeenrannan keskustan ranta-alueet Pallonlahdelta Kahilanniemeen kytkeytyvät monien paikallisten ja matkailijoiden muistoihin vuosien varrelta. 100 vuotta sitten Meijän rannoilla puksutti sahatavarajuna kohti Pallonlahtea, kun taas nykyisin alueella vietetään kesäpäiviä Hiekkalinnaa ihaillen ja talvipäiviä Karhusaaren laavulle hiihtäen.

LAPPEENRANNAN keskeinen kohde on kokenut valtavan kehityksen sadan vuoden aikana, mutta edelleenkin se tarvitsee muutoksia jatkaakseen edistymistä. Lappeenrannan kaupunki alkoi toukokuussa 2024 valmistella Meijän Rannat -kehittämissuunnitelmaa. Kaavasuunnittelija **Niina Seppäläinen** on mukana kehittämässä keskustan ranta-alueista kaikille yhteistä sekä helposti saavutettavaa kaupunkitilaa.

– Monet alueen nykyisistä ratkaisuksista ovat olleet lappeenrantalaisten historiaa jo kauan, ja ne koetaan edelleen toimiviksi. Esimerkiksi Rantapuiston edusta on ollut pitkään kaupunkilaisille paikka, jossa kohdataan kesäisin tunnelmallisessa Sataman valot -tapahtumassa ja talvisin napakelkan vauhdittamana, Seppäläinen kuvailee.

Meijän rannoissa nähdään paljon hyvää, mutta myös kehittämiskohteita, jotka on tärkeää ottaa osaksi kehittämissuunnitelmaa. Lappeenrantalaisten ja täällä vierailevien matkailijoiden osallistuminen suunnitelmaan on mahdollistettu heti alkuvaiheista saakka esimerkiksi erilaisilla kyselyillä.

– Kaupunkilaiset ja matkailijat ovat päässeet vaikuttamaan Meijän rantojen tulevaisuuteen sekä toimivamman kaupunkitilan edistämiseen suunnitelman alusta saakka. Alueelle esitettävät kehittämissideat ovat pienempiä, kuten roskisten ja penkkien lisätarpeita, mutta myös isompia, kuten saunamaailman sijaintiin liittyviä ajatuksia, Seppäläinen valottaa.

Toiveena kaikille viihtyisä tila olla ja liikkua

Asukkaiden toiveissa muun muassa Hiekkalinnassa pääsisi kukoistamaan Linnoituksen kärjessä, Halkosaari vahvistuisi kaupunkilaisten rauhoittumispaikkana ja Aionkadulla

pääsisi viilettämään pyörällä jalkakäytävästä erillisellä pyöräkaistalla.

– Kehittämissuunnitelman avulla ranta-alueilla voidaan esimerkiksi parantaa esteetöntä kulkua leveämmillä jalkakäytävillä, ja tehdä Meijän rannoille siten kaikille viihtyisiä tiloja, joissa on mukava olla sekä liikkua.

Meijän Rantojen kehittämissuunnitelma on siis strateginen suunnitelma, joka ohjaa tarkempaa ja konkreetti-

"Esimerkiksi Myllysaaren uimarantaa kehitetään entistä paremmaksi sekä monipuolisemmaksi alueeksi."

Niina Seppäläinen, kaavasuunnittelija

sempää toteutussuunnittelua. Kommenttien ja kehittämissideoiden pohjalta luoduilla kehittämiskorteilla voidaan tarkastella yhtä aluetta kerrallaan sekä nostaa esille onnistumisia ja kehittämissideoita kyseisestä kohteesta. Kehittämiskortit toimivat pohjana asemakaavoituksessa sekä katujen, viheralueiden ja muiden yleisten alueiden konkreettisesti suunnittelussa ja palveluiden kehittämisessä.

Suunnitteluratkaisu nyt ja tulevaisuudessa

Meijän Rannat -kehittämissuunnitelma toimii suunnanäyttäjänä konkreettiselle suunnittelulle, jossa kuuluu myös kaupunkilaisten ja matkailijoiden ääni. Meijän Rantojen myötä eri ikä- ja käyttäjäryhmien on helpompaa tulla viihtymään kaupunkimme ranta-alueille.

– Esimerkiksi Myllysaaren uimarantaa kehitetään entistäkin paremmaksi sekä monipuolisemmaksi alueeksi, joka mahdollistaa esteettömän kulkemisen erilaisten rannalle ja veteen sijoitettavien toimintojen avulla, Niina Seppäläinen kertoo.

Meijän Rantojen ensimmäiset kehitysajat näkyvät kaupunkilaisten arjessa jo kesällä 2025, mutta suunnitelman vaikutukset välittyvät myös pitkälle tulevaisuuteen eri laajuisina suunnitteluratkaisuuksina.



Muutokset mahdollisia

Kevät 2025 – Myö liikuttaa!

Kevään teema: Tasapaino ja mielen hyvinvointi

Tiedot kaikista palveluistamme löydät osoitteesta lappeenranta.fi/liikunta

Info is available also in English on the website www.lappeenranta.fi/sports

Terveysliikuntaryhmät

7.1.–27.4.2025
(ei tunteja koulujen talvilomaviikolla 24.2.–2.3.2025)

Liikuntatoimen liikunnan edistämisen yksikkö toteuttaa asukkailla liikuntapalveluja ympäri vuoden.

Liikunnanohjaajien ohjaamat terveysterveyshuolto-ryhmät

- tarjoavat terveyttä edistävää ja ylläpitävää liikuntaa
- suunnattu kaiken ikäisille kuntalaisille

Soveltavan liikunnan ryhmät

- ovat tarkoitettu asukkaille, joiden on vaikea osallistua yleisesti tarjolla olevaan liikuntaan vamman, sairauden tai muun toimintakyvyn heikentymisen takia.



Ilmoittautuminen ryhmiin

Huom! Jos olet ollut jo syyskaudella ryhmässä, ei uudelleen ilmoittautumista tarvita. Katso vapaat kurssipaikat lappeenranta.fi/liikunta -> ohjattu liikunta.

Huom! Lehdessä ilmoitetaan vain ryhmät, joissa on tilaa – kevään muu tarjonta löytyy verkkosivuilta.

Ilmoittautumista vaativiin Lappeenrannan kaupungin liikuntaryhmiin voi vapaille paikoille ilmoittautua puhelimitse. Liikunnanohjaajien puh. 040 619 0639, 040 776 9560 ja 040 481 9399.

Maksun voi suorittaa verkkosivujen maksulinkistä tai suoraan uimahallien kassoille pankkikortilla tai käteisellä 7.1. alkaen.

Ohjattujen ryhmien kausimaksut

Kevätkausi 2025:

35 €/kausi/ryhmä

- ryhmät, jotka alkavat ennen klo 16 (erityisesti seniorit, erityisryhmät, työttömät)

52 €/kausi/ryhmä

- ryhmät, jotka alkavat klo 16 jälkeen (suunnattu työikäisille)

Vesiliikuntaryhmien kausimaksu 35 €/kausi/ryhmä.

HUOM! Kausimaksun lisäksi vesijumpissa ja uimahallien kuntosaliryhmissä maksetaan uimahalli- tai kuntosalimaksu.

Rannekevesijumpien ja kertamaksullisen liikunnan ohjausmaksu 2,70 €/kerta/hlö

(ks. ohjeet rannekevesijumpien alta)

Sovelletun liikunnan, Mies-ryhmien sekä liikuntakurssien maksuista lisätietoa osoitteesta lappeenranta.fi/ohjattuliikunta

Vesiliikuntaa

Vesijumparyhmät

Ilmoittautumista vaativat ryhmät

- koko kauden kestävä ryhmä
- hinta 35 €/ryhmä + uimahallin pääsymaksu

Lappeenrannan uimahalli

ti 9.15–9.45 Vesijumppa

Lauritsalan uimahalli

ma 10.45–11.15 Vesijumppa

Naisten uintivuoro Lauritsalan uimahallissa

- sunnuntaisin klo 18–19.30
- 12.1.–27.4.2025 (ei pääsiäisenä 20.4.)
- uimahallin sisäänkäymäksu, käytössä vain maksuautomaatti
- turvallisuussyistä ei uimataidottomia lapsia tälle vuorolle

Rannekevesijumppa

- ei ilmoittautumista
- ei sitoutumista koko kaudeksi yhteen ja samaan ryhmään
- uimahallimaksun yhteydessä lunastetaan ranneke, joka annetaan ohjaajalle jumpan alussa
- rannekeita myydään uimahallin kassoilla 40 min ennen jumpan alkua hintaan 2,70 €/kpl

Lappeenrannan uimahalli

ma 6.15–6.45	Syväallasvesijumppa
ma 11.30–12	Syväallasvesijumppa
ma 16.45–17.15	Syväallasvesijumppa
ke 16.45–17.15	Syväallasvesijumppa
to 6.15–6.45	Syväallasvesijumppa
to 16.30–17.15	Cirkuit Syväallas

Lauritsalan uimahalli

ti 6.15–6.45	Vesijumppa
ti 17.30–18	Tembo-vesijumppa Vesijumppa sisältää rytmikkäitä, nykymusiikkiin suoritettavia liikkeitä sykettä nostaen
ke 16.30–17	Vesijumppa
pe 12.30–13	Kevennetty vesijumppa (työttömät ja erityisryhmien uintikorttiasiakkaat vain rannekemaksu 2,70 €)
su 10.30–11	Vesijumppa

Liikuntakaveri vesijuoksuun

- to klo 17–18 vesijuoksuryhmä, Lauritsalan uimahalli
- liikunnanohjauskauden ajan
- työikäisille, jotka aloittelevat uudelleen liikuntaa ja haluavat liikkua porukassa
- liikuntakaverina on vertaisohjaaja, joka toimii liikuntatoimen liikuntaneuvonnan ja elämäntapamuutoksen kokemusasiantuntijana omassa elämässään
- ei ilmoittautumista
- uimahallin sisäänkäymäksu

Lisätietoja:
puh. 040 776 9560, sirpa.pollanen@lappeenranta.fi

Kuntosaliharjoittelua

Kuntosaliharjoittelu

- yhteinen alkulämmittely, jonka jälkeen omatoimista harjoittelua ohjaajan opastuksella
- numero ryhmän nimessä tarkoittaa osallistujien ikäryhmää
- Hinta, uimahallien kuntosalit: kausimaksu 35 € + kuntosalin sisäänkäsymaksu

ma 10.30–12 **Kuntosali 75+**
Lauritsalan uimahalli

pe 10.30–11.30 **Kuntosali 70+**
Lappeenrannan uimahalli

UUTTA!

Kiertoharjoittelu

- ohjattua lihaskuntoharjoittelua eri välineillä kuntosalilla
- numero ryhmän nimessä tarkoittaa osallistujien ikäryhmää
- hinta: 35 € + uimahalleilla sisäänkäsymaksu

ma 15.45–16.45 **Kiertoharjoittelu** Lauritsalan uimahalli

ti 9–10 **Kiertoharjoittelu** Joutsenohalli

ke 10–11 **Kiertoharjoittelu** Korvenkylän seurantalo

ke 9–10.00 **Kiertoharjoittelu** Joutsenohalli

pe 9.30–10.30 **Kiertoharjoittelu**
Lappeenrannan uimahalli

UUTTA!

Vertaisohjaaja kuntosalilla

- ti 14–15 Lappeenrannan uimahalli, alkaen 7.1.
- vinkkejä ja opastusta liikunnan vertaisohjaajalta parillisina viikkoina
- ei ilmoittautumista
- hinta: kuntosalimaksu

Opastusta kuntosaliharjoitteluun kaupungin sisä- tai ulkokuntosalilla

Liikunnanohjaajan opastuksella kuntosali tai ulkokuntosali tutuksi.

- aloittelijalle, joka tarvitsee opastuksen kuntosalilaitteiden käyttöön ja omatoimisen harjoittelun aloittamiseen
- mukaan saa perusohjelmaversion ja -tiedot kuntosalivälineiden käytöstä
- opastus on kertaluonteinen, eikä sisällä yksilöllisen kuntosaliharjoitteluohjelman tekoa, seurantaa tai päivitystä
- opastukseen voi tulla myös kaverin kanssa, maksimissaan kolmelle henkilölle kerrallaan
- opastusaikoja varattavissa Lauritsalassa pe klo 10–12 välille ja muualla klo 8–16 välille

Opastusaika varataan puhelimitse:

Lauritsalan uimahalli puh. 040 637 0780

Lappeenrannan uimahalli puh. 040 350 4906

Muut kuntosalit ja ulkokuntosalit puh. 040 630 9244



Kahilanniemen kuntosalin vapaaharjoitteluvuorot

Vuoroilla mahdollisuus omatoimiseen harjoitteluun. Liikunnanohjaajalta saa tarvittaessa apua laitteiden käytössä. Vapaaharjoitteluvuorolle lunastetaan älykortti uimahallien kassoilta ja siihen ladataan esimerkiksi seniorikortti 65+ tai muu kuntosalihinnaston mukainen tuote.

ma klo 13–15
ti klo 12–14
pe klo 8–10



Vain vapaaharjoitteluvuorolla käytössä olevat hinnat:

- älykortti 6,60 €
- 65+ seniorikortti 68 €/6 kk, 114 €/12 kk
- erityisryhmien kuntosalikortti 23 € / vuosi
- BMI-kuntosalikortti 29 €

Kehonhuoltoa ja jumppaa



Kehonhuolto ja FasciaMethod-toiminnallinen lihaskuntotunti

ma 9–9.45 **Kehonhuolto**, urheilutalon jumppasali

ma 12–12.45 **Sovellettu kehonhuolto**, urheilutalon jumppasali

ma 15–16 **FasciaMethod**, Kourulan palloiluhalli

to 10–11 **FasciaMethod**, urheilutalon jumppasali

to 13–13.45 **Kehonhuolto**, urheilutalon jumppasali

Pilates

pe 9–9.45 urheilutalon jumppasali

Kevytjumppa

ti 9.15–10 urheilutalon jumppasali

ti 15–15.45 Kourulan liikuntahalli

pe 10–10.45 Nuijamaan koulu

Kertamaksullinen jumppa

ke 12.30–13.15 urheilutalo, jumppasali

Kausimaksu tai kertamaksu uimahallin kassalle 2,70 €

Senioritanssi

ke 14–14.45 Monarin yläsali, 2. krs

Tuolijumppa

ma 13.30–14.15 Monarin yläsali 2. krs

ti 10.30–11.15 Sammonlahden kirkko, yläkerta, 15.4. ulkona

ke 13.15–14 Lauritsala-talo

Ulkoreippailu

ti 13–14 lähtö Juvakan kentältä

Monipuolista ja reipasta ulkoliikuntaa vaihtuvalla ohjelmalla lenkkeilyn, kehonhuollon ja kevyen lihaskunnan merkeissä. Omat sauvakävelysauvat voi ottaa mukaan. Liikutaan myös talvella sään mukaisesti. Maksuton, ei ilmoittautumista. Ei sovellu apuvälineiden käyttäjille.

UUTTA!



Liikettä ja painonhallintaa

Painonhallintaryhmät ovat tarkoitettu henkilöille, joilla BMI on yli 30.

ti 18.45–19.45 **Liikakilot liikkeelle** (miehet)
Kahilanniemi

ke 11.15–11.45 **HEVI-vesijumppa**
Lauritsalan uimahalli

to 19–20 **Leidit liikkeelle**
Kahilanniemi

pe 11.15–11.45 **HEVI-vesijumppa**
Lappeenrannan uimahalli

Nuorten ja aikuisten jalkapalloryhmä

Ryhmässä puhutaan selkosuomea ja englantia.

ke 14.30–16 Pallon liikuntahalli

Keväällä siirrytään ulkokentälle.
Hinta 2,50 € / kerta, korttimaksu.



Mies-ryhmät

Mies, tee hyvä teko ja aloita liikunnallinen elämäntapa Mies-ryhmissä. Katso ryhmät, hinnat ilmoittautumisohteet osoitteesta lappeenranta.fi/ohjattuliikunta.



Senioriliikuntaa



Vireyttä ja puhtia – liikuntaryhmä muistisairaille ja heidän läheisilleen

ma 13–14 urheilutalon judosali

Ilmoittautuminen puh. 040 619 0639

Hinta 35 €

UUTTA!

Sammonlahden aamukuntoilu

ti 9.15–10 Sammontori

Kaikille sopiva kevyt lenkki kävellen, ohessa lihaskuntoa ja tasapainoliikkeitä. Liikutaan myös talvella sään mukaisesti.

Maksuton, ei ilmoittautumista

Kotikulman jumppahetki Louhenpuistossa

ke 13–13.30, 8.1.–23.4. (ei 26.2.)

- senioreille suunnattuja seisten tehtäviä helppoja lihasvoimaa ja tasapainoa ylläpitäviä liikkeitä
- voit osallistua jumppahetkeen myös apuvälineen, kuten rollaattorin, kanssa
- talvella liikumme säänmukaisesti Louhenpuistossa tai sen läheisyydessä

Maksuton, ei ilmoittautumista

Senioritanssi

ke 14–14.45 Monarin 2. krs

Iloista, turvallista ja kepeää menoa rytmikkään musiikin tahdissa, jossa pysyy vanhempiin mukana. Tansseissa toistuvat helposti omaksuttavat askel-sarjat, joita tehdään piirissä pareittain tai yksin.

Hinta 35 €

Sovellettu kuntosali

to 15–16 Lauritsalan uimahalli
Ilmoittautuminen
puh. 040 630 9244

UUTTA!

pe 10.15–11.15 Kahilanniemen terveysliikuntasali
Ilmoittautuminen
puh. 040 626 0104

Ryhmä on tarkoitettu henkilöille, joiden toimintakyky on heikentynyt. Omatoiminen kuntosaliryhmä, jossa harjoitteet sovelletaan henkilökohtaisesti. Ohjaaja auttamassa ja opastamassa koko tunnin ajan. Soveltuu myös apuvälineiden käyttäjille, oma avustaja tarvittaessa.

Hinta 35 €

Senioreiden liikuntaneuvonta

Onko liikkumisesi vähentynyt? Väsytkö arkiaskareissa? Oletko huolissasi tasapainostasi tai kaatumisesta? Onko tuoilta ylösnousu vaikeutunut? Oletko piakkoin jäämässä tai juuri jäänyt eläkkeelle? Mietitkö, kuinka voisit käyttää lisääntyneen vapaa-aikasi lisäämällä liikuntaa?

Senioreiden liikuntaneuvonta on tarkoitettu kuntalaisille, joiden lihasvoima on heikentynyt, toimintakyky on alentunut tai henkilöille, joiden liikunta on vähäistä tai hyvin yksipuolista.

Varaa aika liikuntaneuvontaan: puh. 040 674 2869

Sovellettua liikuntaa

Lisätietoa ryhmistä ja kausimaksuista sekä netti-ilmoittautumiset: lappeenranta.fi/liikunta -> ohjattu liikunta -> sovellettu liikunta

Ilmoittautumiset puh. 040 626 0104 tai
puh. 0400 157 514

Rannekevesijumpiin ei ilmoittautumista.

Erityistä tukea tarvitsevien liikunta

to 18.45–19.30 **Nuorten sovellettu uinti**,
jatkoryhmä lasten sovelletulle uinnille,
Veljeskoti

la 10.45–11.30 **Erityisperhesirkus, ryhmä 1**
Taidekoulu Estradi

la 11.45–12.30 **Erityisperhesirkus, ryhmä 2**
Taidekoulu Estradi

Mielenterveysryhmän liikunta

ma 10–10.45 **Mielenterveysryhmän kehonhoolto**,
Rientola

ma 13–14 **Mielenterveysryhmän sähkö**,
kertamaksu 2,50 € käteisellä,
Huhtari Areena

ma 14.30–15 **Mielenterveysryhmän vesijumppa**
kertamaksu 2,70 €
+ uimahallin sisäänkäymäksu,
Lauritsalan uimahalli

ke 13–14 **Mielenterveysryhmän kiertoharjoittelu**,
Kahilanniemen terveysliikuntasali

to 14.15–15 **Mielenterveysryhmän kehonhoolto**,
urheilutalon jumppasali

Tasapainoharjoittelua

Voimaa ja tasapainoa -ryhmä

Kiertoharjoittelu, jossa kehitetään tasapainoa ja voimaa monipuolisten harjoitteiden avulla. Kevennetty tunti ei sisällä lattialla tehtäviä liikkeitä. Yhteinen lämmittely ja loppuverryttely.

ma 14.40–15.40 **Voimaa ja tasapainoa**,
urheilutalon jumppasali

to 13–14 **Kevennetty voimaa ja tasapainoa**,
urheilutalon judosali
(ei lattiatasossa tehtäviä liikkeitä)

Pysytään pystyssä -kurssi

ti 14.30–16 urheilutalon jumppasali

Suunnattu asiakkaille, joilla on suuri kaatumisvaara. Ei aktiiviliikkujille. Tasapainoharjoitusten lisäksi kurssi sisältää lyhyitä tietoisuuksia ja keskustelua liittyen kaatumisen ehkäisyyn ikääntyessä.

Hinta 35 € / kausi, ilmoittautuminen vain puhelimitse
040 626 0104 tai 040 674 2869

Sovelletun liikunnan lajitivoli

Lajitivoli on suunnattu erityistä tukea tarvitseville alakouluikäisille lapsille. Lajitivoli toteutetaan yhteistyössä lappeenrantaisten urheiluseurojen kanssa, ja jokaiselle kuukaudelle on oma liikuntalaji, jota pääsee viikoittain kokeilemaan.

Lisätietoja: lappeenranta.fi/liikunta -> ohjattu liikunta -> sovellettu liikunta

Sovellettu liikuntaneuvonta

Haluaisitko aloittaa liikkumisen omatoimisesti tai ryhmässä? Koetko haastavaksi osallistua yleisesti tarjolla oleviin ryhmiin? Haluaisitko vinkkejä liikunnan soveltamisesta juuri sinulle sopivaksi?

Soveltava liikuntaneuvonta on tarkoitettu kuntalaisille, joiden on vaikea osallistua yleisesti tarjolla olevaan liikuntaan vamman, sairauden tai muun toimintakyvyn heikentymisen takia.

Varaa aika liikuntaneuvontaan puh. 0400 157 514

Kehitysvammaisten liikunta

ma 8–9 **Kehitysvammaisten kuntosali**,
Joutsenohalli

ma 16.30–17.15 **Sovellettu musiikkiliikunta nuorille ja aikuisille**,
Kimpisen koulun tanssisali

ma 17.45–18.45 **Kehitysvammaisten kuntosali**,
Kahilanniemen terveysliikuntasali

ke 18–19.30 **Sovellettu sähkö nuorille**,
Kesämäen koulun sali

to 14.30–15 **Kehitysvammaisten vesijumppa**,
Lappeenrannan uimahalli

su 9–10.30 **Special Hockey**, UK-Areena

Liikuntarajoitteisten liikunta

ma 12–12.45 **Sovellettu kehonhoolto**,
urheilutalon jumppasali

to 15–16 **Sovellettu kuntosali**,
Lauritsalan uimahalli

pe 10.15–11.15 **Sovellettu kuntosali**,
Kahilanniemen terveysliikuntasali,
ilmoittautuminen
puh. 040 626 0104

pe 12.30–13 **Kevennetty vesijumppa**,
Lauritsalan uimahalli

Muut ryhmät

ke 15.30–16.45 **Pyörätuolitanssi**, Myllymäen koulu

UUTTA!

UUTTA!

Tukea työttömien liikuntaan



Kuntosaliharjoittelua maksuttomasti vapaaharjoitteluajalla

- kuntosalille pääsee näyttämällä työnhaun todistuksen joko infopisteelle tai kassalle
- todistuksen työnhaun voimassaolosta voi saada tulostamalla tai ottamalla kuvan Työmarkkinatorin Asiointi-osion etusivulta tyomarkkinatori.fi/ henkilöasiakkaat tai asioimalla Etelä-Karjalan työllisyys- ja maahanmuuttopalveluiden toimipaikalla Lappeenrannan virastotalolla
- ei ilmoittautumista, mukaan voi tulla milloin vain

ma 14–15 Lappeenrannan uimahallin
kuntosali, Pohjolankatu 29

ke 15–16 Joutsenohallin kuntosali,
Penttiläntie 17

pe 11–12 Lauritsalan uimahallin kuntosali,
Luukkaankatu 51

Maksuttomat uintiajat työttömille

ti 15–16 Lauritsalan uimahalli

to 13–14 Lappeenrannan uimahalli

Ohjattu kehonhoolto maksutta työttömille

to 14.15–15 Urheilutalon judosali

Vesijumppa rannekemaksulla 2,70 €

pe 12.30–13 Lauritsalan uimahalli

Tarvitsetko tukea elämäntapamuutokseen?

Liikuntaneuvonta

Koetko, että sinun olisi hyvä lisätä liikuntaa arjessasi? Oletko huolissasi ylipainostasi? Onko liikuntasihästä tai yksipuolista? Miettkö, mistä löytyisi sopiva liikuntaryhmä?

Liikuntaneuvonnasta saat tukea liikunnan aloittamiseen tai liikunnan lisäämiseen ja monipuolistamiseen tarpeittesi mukaan. Mahdollisuus 6-12 kuukauden maksuttomaan neuvontajaksoon. Neuvontaan voit tulla myös yhdessä puolison tai ystävän kanssa.

Kysy lisää liikuntaneuvojiltamme!

puh. 040 776 9560 ja 040 674 2869 Urheilutalo

puh. 040 619 0639 Lauritsalan uimahalli

puh. 040 481 9399 Sammonlahden ja Joutsenon hyvinvointiasemat

Selkosuomenkielinen tai vieraskielinen liikuntaneuvonta auttaa liikuntaan, arkiliikkumiseen ja liikuntaharrastuksiin liittyvissä kysymyksissä, kun äidinkielenä ei ole suomen kieli. Liikuntaneuvonta on maksutonta.

Asiointikielien ovat suomi ja englanti. Kysy tulkkausmahdollisuudesta omalle äidinkielellesi.

Voit lähettää kysymyksiä sähköpostilla, soittaa tai varata ajan tapaamiseen Stinalta, p. 040 6317 428, stina.tevajarvi@lappeenranta.fi

Tarvitsetko BMI-korttia?

Kortti voidaan myöntää aikuisille henkilöille, joiden BMI (Body Mass Index) on 40 tai yli tarkoittaen sairaalloista lihavuutta. BMI-kortti on käytössä Lappeenrannan uimahallissa ja kuntosalilla, Lauritsalan uimahallissa ja kuntosalilla sekä Joutsenohallin ja Ylämaan kuntosaleilla. Kortti myönnetään maksimissaan kolmeksi vuodeksi. Vuoden käytön jälkeen kortin voi uusia, jos BMI on rajoissa 35-40 tai yli. Kortti on henkilökohtainen.

Tsemppi-kortti

Tsemppi-kortti voidaan myöntää alle 17-vuotiaille lappeenrantalaisille lapsille ja nuorille, joiden ISO-BMI on tasolla 25 tai enemmän tai henkilön vyötärönympäryksen suhde on yli 0,50. Yli 15-vuotiailla on mahdollisuus lunastaa uinti- ja kuntosalikortti. Kortin voi saada käyttöönsä neljäksi vuodeksi. Tsemppi-kortti on henkilökohtainen.

Lisätietoja korteista:
puh. 040 7769 560, sirpa.pollanen@lappeenranta.fi

Erityisryhmien uinti- ja kuntosalikortti

Tämän kortin myöntämiskriteerit löytyvät verkosta: lappeenranta.fi/liikunta -> ohjattu liikunta -> sovellettu liikunta

Lisätietoja puh. 040 626 0104 tai 0400 157 514

Toiminnalliset hyvinvointi-illat

Tilaisuudet ovat kaikille avoimia ja maksuttomia, ei ilmoittautumista.

Katso tarjonta: lappeenranta.fi/liikunta, lisätietoja puh. 040 776 9560

Rentouttava värinäpaja TRE- menetelmällä

ti 11.3. klo 17-18.30 urheilutalon jumppasali

TRE-menetelmällä opit purkamaan kehosi jännitystiloihin helposti ja omatoimisesti. Ohjaajana Marika Hynninen. Ota lämmintä ja joustavaa vaatetta sekä oma jumppapatja mukaan.

Tervetuloa hellittämään ja hengähtämään!

to 3.4. klo 17-18.30 urheilutalon jumppasali

Stressinhallintaa ja rentoutumiseen keskittynyt puolitoistatuntinen. Tuokion aikana harjoitellaan tapoja tukea stressinhallintaa ja rentoutumista kevyen liikkeen, hengityksen ja tietoisien läsnäolon harjoitusten kautta. Olemme sekä liikkeessä että paikallaan. Mukaan joustavat vaatteet ja oma villi tai villapaita lämmittämään paikallaan ollessa. Ohjaaja psykofyysinen fysioterapeutti Piia Koskinen.

Golfin tutustuminen

la 17.5. klo 11-14 Kahilanniemen golfkenttä (range), Kahilanniementie 3

Tule tutustumaan lajiin ja kokeilemaan golflyöntejä Viipurin Golfin ammattivalmentajan sekä ohjaajien johdolla. Pääset halutessasi seuraamaan myös pelaamista kentällä ja saat lisätietoja golfista lajina. Liikuntaan sopiva säämukainen pukeutuminen, lajivälineet järjestäjän puolesta.

Lasten, nuorten ja perheiden liikuntaa

Vesipeuhupäivät

Lauritsalan uimahallissa la klo 11-13
18.1., 15.2., 15.3. ja 26.4.

Huom! Vesipeuhupäivän aikana uimahallissa ei ole yleisöuimaita. Hinta: uimahallimaksu.

Liikuntamaat

Joutsenohalli

su klo 10-13, rauhallinen tunti klo 9-10
12.1., 9.2., 16.3. ja 6.4.
Osallistumismaksu 2,70 € / lapsi

Kourulan palloiluhalli

su klo 10-13, rauhallinen tunti klo 9-10
26.1., 23.2., 23.3. ja 27.4.
Osallistumismaksu 2,70 € / lapsi

Talvilomaviikolla

liikunnallista toimintaa lapsille ja perheille, katso lisää: www.lappeenranta.fi/liikunta



LiikuntaSirkus

Sunnuntaina 30.3. klo 10-13
Taidekoulu Estradi, Teollisuuskatu 9.

Koko perheen liikuntasirkus!

Tule kokeilemaan sirkusta eri välineitä hyödyntäen. Käytössä muun muassa akrobatiamatot, trampoliinit ja tasapainoiluvälineitä. Osallistumismaksu 2,70 € / lapsi.

Lasten liikuntamaan ja LiikuntaSirkuksen ajatuksena on perheiden yhteinen liikunnallinen toiminta, jossa ei tarvitse suorittaa tai kilpailla. Toiminta on valvottua, mutta lapsi tarvitsee aina oman aikuisen mukaan. Liikuntamaan rauhallinen tunti on suunnattu lapsille, joilla esimerkiksi nepsykirjo, liikuntarajoite tai muu vastaava.

Perheiden liikuntaneuvonta

Sisältyykö arkeenne riittävästi liikuntaa? Viekö ruutu-aika suuren osan vapaa-ajastanne? Haluaisitteko löytää tukea aktiivisempaan arkeen tai liikuntaharrastusten löytämiseksi?

Perheiden liikuntaneuvonta on tarkoitettu lapsille ja perheille, jotka kaipaavat vinkkejä liikuntaan ja hyvinvointiin sekä apuja arjen haasteisiin. Liikuntaneuvonta suunnitellaan aina asiakkaiden toiveiden ja tarpeiden mukaisesti. Liikuntaneuvonta on maksutonta ja kesto maksimissaan 12 kuukautta.

Varaa aika liikuntaneuvontaan:
p. 040 7769560 tai 040 481 9399

Tulossa!

Kortteliliikuttajakoulutus huhtikuussa 2025

UUTTA!

Oletko kiinnostunut lasten ja perheiden liikuttamisesta? Tule mukaan korttelitoimintaan.

Korttelitoiminta on vapaaehtoisten järjestämää matalan kynnyksen liikuntatoimintaa päiväkotitai- ja kouluikäisille lapsille sekä heidän perheilleen.

Koulutus antaa sinulle tietoja ja taitoja lasten ja perheiden liikuttamisen vertaisohjaajana toimimisesta. Koulutus on maksuton, eikä sido sinua ryhmän ohjaamiseen.

Koulutuspäivät vahvistetaan tammikuussa 2025, seuraa ilmoitteluaamme.

Tiedustelut:
hanna.putkonen@lappeenranta.fi tai p. 040 481 9399

Ystävät liikkumaan!

pe 14.2. Liikuta ystävää -päivä

Kaksi yhden hinnalla uimaan tai kuntosalille! Seuraa ilmoitteluaamme.

Liikuta ystävää -kokeiluviikko 10.-14.2. (vko 7)

Ota kaveri mukaan ja tulkaa kokeilemaan liikuntaa osaan ohjatuista liikuntaryhmistämme.

Katso ryhmät ja ohjelma: lappeenranta.fi/ohjattuliikunta

Ota kaveri, ikäihminen tai vaikka naapuri mukaan liikkumaan!

Varaa aika kehonkoostumusmittaukseen!

Liikuntatoimi toteuttaa kuntalaisille InBody-kehonkoostumusmittauksia. Testejä tehdään ajanvarauksella Lappeenrannan urheilutalolla tiistaisin, keskiviikkoisin ja perjantaisin.

Hinta 29 € / henkilö

Varaa testiaikasi liikuntatoimen nettisivulta osoitteesta lappeenranta.fi/liikunta -> ohjattu liikunta ja katso samalla soveltuuko testi sinulle.

Lisätietoja testauksesta
hanna.putkonen@lappeenranta.fi tai puh. 040 4819399

Liikuntapaikkojen aukioloajat kevät 2025

Lipunmyynti päättyy 45 min ja kuntosali- ja uintiaika 30 min ennen sulkemista.

Lappeenrannan uimahalli ja kuntosali

Pohjolankatu 29, puh. 040 130 9191

ma, ke, to	klo 6-20	(kuntosali 6-21.30)
ti, pe	klo 12-20	(kuntosali 12-21.30)
la	klo 11-19	(kuntosali 11-18.30)
su	klo 10-18	(kuntosali 10-17.30)

Lauritsalan uimahalli ja kuntosali

Luukkaankatu 51, puh. 040 160 4295

ma, ke	klo 12-20
ti, to, pe	klo 6-20
la	klo 11-19
su	klo 10-18

Urheilutalo

Pohjolankatu 29, puh. 0400 157 504

ma-pe	klo 7.30-21.30
la	klo 10-18
su	klo 10-18

Joutsenohalli

Penttiläntie 17

ma-pe	klo 8-21.30
la	klo 10-16
su	klo 10-16

Alkuvuoden tapahtumanostoja

Ajantasaiset tiedot ja lisää tapahtumia löydät osoitteesta tapahtumat.lappeenranta.fi



Muutokset
mahdollisia

Kuva: Heta Penttinen



LAPPEENRANNAN
KAUPUNGINTEATTERI

lprteatteri.fi



LAPPEENRANNAN
KAUPUNGINORKESTERI

lproorkesteri.fi



**A.K.A. –
Toiselta nimeltään**
Ensi-ilta 11.1. klo 16
Pienellä näyttämöllä

Koskettava monologiesitys nuoresta Carloksesta, jonka elämä yhtäkkiä järkkyy. Pääroolissa Carlos Orjuela. Yhteistyössä Teatteri Jurkan kanssa.

Kevään
2025
ensi-illat

Teemestarin tytär
Ensi-ilta 1.2. klo 16
Suurella näyttämöllä

Emmi Itärannan Teemestarin kirjaan perustuva maaginen esitys toivon merkityksestä, ystävyiden voimasta sekä maasta ja vedestä, jota mikään ei voi kahlita. Esitys tuo näyttämölle mielikuvituksellisen maailman, jossa sähkökanteleelle sävelletty musiikki kohtaa sirkustaiteen sekä koskettavan draaman.

Hiljan päivät

Kotimainen kantaesitys
Ensi-ilta 15.2. klo 16
Pienellä näyttämöllä

Lämpimän humoristinen näytelmä imatralaisesta menestyskirjailijasta Hilja Valtosesta, jonka valtava kirjallinen tuotanto käsitteli huumorin varjolla epätasa-arvon kysymyksiä. Yhteistyössä Teatteri Imatran kanssa.

**Rakkaudesta vappuun –
Rakuunasoittokunnan, Lappeenrannan
kaupunginorkesterin ja kaupungin-
teatterin vappukonsertti**

Kaakon kolme kovaa yhdistää voimansa uudella vapputeemaisella konserttisarjalla!

Mikkeli: Mikaeli 30.4. klo 18
Lappeenranta: Lappeenranta-sali 1.5. klo 14
Kotka: Satama-Areena 3.5. klo 15

Liput: 25 € (hinta voimassa 28.2.2025 asti, jonka jälkeen hinta 35 €)

Tutustu koko upeaan ohjelmistoon ja osta liput: lprteatteri.fi

Dolly Partonin musikaali
**9 TO 5 –
HOMMAT HOITUU!**

Ensi-ilta 8.11.
Suurella näyttämöllä

Menestysmusikaalin syksyn liput ovat jo myynissä!

Tulossa!

**Kevään 2025 konserttinoitoja –
Musiikki kuuluu kaikille!**

**Saimaa Sinfonietta –
Sibeliuksen sinfonia nro 5**
pe 7.2. Lappeenranta-sali klo 19

Johtaa **Erkki Lasonpalo**
Solisti **Jyrki Lasonpalo**, viulu
Ohjelma: Mendelssohn – Bruch – Sibelius
Liput: 34 € / 23 €, opiskelijat 8 €
Yhteistyössä Mikkelin kaupunginorkesterin kanssa



Tiksolat solisteina to 6.3. konsertissa. Kuva: Stefan Bremer

Aistillinen kohtaaminen
to 6.3. Lappeenranta-sali klo 19

Johtaa **Elisar Riddelin**
Solistit **Minna Pensola**, viulu,
Antti Tikkanen, viulu
Ohjelma: Barber – Rähälä – Haydn
Liput: 34 € / 23 €, opiskelijat 8 €
Osmo-Tapio Rähälän Kaksoiskonserton 'Aistillinen kohtaaminen itäisessä puutarhassa' uuden version kantaesitys.

Orkesteri tutuksi
ke 12.3. Lappeenranta-sali klo 19

Konserttimestarin johdolla
Ohjelmassa orkesterin suosittuja soitteita elokuvista, pelimusiikista ja iskelmistä, unohtamatta kevyttä klassista. Juontaa **Milko Vesalainen**.
Liput: 10 €

**Saimaa Sinfonietta –
Lavakarisman mestarit**
to 20.3. Lappeenranta-sali klo 19

Johtaa **Okko Kamu**
Solistit **Harri Mäki**, klarinetti ja **Annariina Jokela**, alttoviulu
Ohjelma: Sibelius – Sallinen – Sonninen – Stravinsky
Liput 34 € / 23 €, opiskelijat 8 €
Yhteistyössä Mikkelin kaupunginorkesterin kanssa



Okko Kamu, kuva: Kaapo Kamu

**Sateiden heijastukset –
Runoutta ja musiikkia**
ti 8.4. Raatihuone klo 19

Johanna Suvenmetsä runot, lausunta ja alttoviulu
Tiina Heinonen, huilu, **Marianne Järvinen**, huilu ja **Jarkko Launonen**, sello
Runonlausunnan lomassa kuullaan muun muassa Kaija Saariahon, Claude Debussyn ja Johann Sebastian Bachin musiikkia sekä improvisaatiota. Tilaisuudessa lausuttavat runot ovat Johanna Suvenmetsän käsialaa.
Kaikki liput 25 €

Pääsiäiskonsertti – Händel: Messias
ke 16.4. Lappeen Marian kirkko klo 19

Johtaa **Erkki Lasonpalo**
Solisteina Lappeenrannan valtakunnallisissa laulukilpailuissa menestyneitä sekä Etelä-Karjalan klassinen kuoro
Ohjelma: Georg Friedrich Händel: Messias
Liput: ennakoon 25 €, opiskelijat ennakoon 8 €, kaikki liput ovelta 30 €

Tutustu konserttitarjontaan kokonaisuudessaan ja osta liput: lproorkesteri.fi



LAPPEENRANNAN MUSEOT

Kaikki ajankohtaiset näyttely-, tapahtuma-, lipunmyynti- ja muut lisätiedot: lappeenranta.fi/museot

Etelä-Karjalan museo

Ratajätäkät

9.3.2025 saakka. Nostalgisessa näyttelyssä on esillä historiallisia valokuvia, työkaluja ja tarinoita ratatyömaiden arjesta ympäri Suomea.

Nupit Kaakossa!

Eteläkarjalaisen nuoris- ja dj-kulttuurin vuosikymmenet 5.4.–30.11. Näyttelyssä tanssitaan läpi eteläkarjalaisen nuorisokulttuurin vuosikymmenten 1970-luvulta 2010-luvulle. Tunnelmaa pitää yllä Showmaster Dj Edward (1955–2019) kollegoineen. Avajaiset pe 4.4. klo 18.

Lappeenrannan taidemuseo

Katri Kuparinen, Tiina Marjeta ja Juan Kasari – Absence III

16.2.2025 saakka. Näyttelyt esittelevät kolmen eteläkarjalaistaustaisen tai Etelä-Karjalassa asuvan taiteilijan teoksia.

Muurituristi

8.3.–18.5.2025. Valokuvataiteilija Harri Pälvirannan valokuvia valtioiden välille pystytetyistä aidoista ja muureista. Avajaiset pe 7.3. klo 18.

Ratsuväkimuseo

Hakkapeliitoista hurmahousuihin – Ratsuväkielämää vuosisatojen ajan

Pysyvä näyttely. Näyttely esittelee suomalaisen ratsuväen vaiheita aina 1500-luvulta tähän päivään saakka.



Nupit Kaakossa! -näyttely, kuva: DJ Edwardin kotialbumi

Tapahtumia

Wolkoffin pääsiäinen

Wolkoffin talomuseo avoinna la 12.4. – su 13.4., ti 15.4. – to 17.4. ja la 19.4. – su 20.4.2025

Pääsiäiskierrokset museossa klo 12, 13, 15 ja 16. Puoti avoinna klo 11–17. Talomuseoon pääsee tutustumaan vain opastetuilla kierroksilla.

Museoperjantait

7.2. | 7.3. | 4.4. | 2.5. klo 11–17
Vapaa pääsy linnoituksen museoihin.



Kuva: Heta Penttinen

Lappeenrannan kulttuurin unelmavuosi

lappeenranta.fi/kulttuurinunelmavuosi

Kiitos yli 250 000 kävijälle ja yli 1150 tapahtuman järjestäjille (tilanne 26.11.) Lappeenrannan kulttuurin unelmavuonna 2024! Olkoon myös tulevat vuodet täynnä kulttuuria ja unelmia.

Vastaa palautekyselyyn 31.1. mennessä verkkosivuillamme – voit voittaa kulttuurielämyksiä.

Galleria Pihaton alkukevät

Valtakatu 80

viikot 52–2 Väkevä Voima, Amorfia

viikot 2–4 Tuomas Tyrisevä, Sol Invictus

viikot 4–6 Ritva Räsänen ja Maija Pietilä, Heijastuksia

viikot 6–8 Musta Lista -kollektiivi, OLIO

Pihaton tuleva näyttelytoiminta ilmoitetaan osoitteessa lappeenranta.fi/galleria-pihatto

Nuorisotoimi ja ohjaamo

Tutustu toimintaan somessa ja

lappeenranta.fi/nuoriso sekä lappeenranta.fi/ohjaamo

Lappeenrannan kirjastot

Lisätietoa kirjaston tapahtumista ja toiminnasta: lappeenranta.fi/kirjasto



Lotta-Sofia Saahko ja Pappa, kuva: Lotta S.

Kirjailijavieras Lotta-Sofia Saahko

ti 14.1. klo 17–18, pääkirjaston Olli-monitoimitila

Saahko nousi suureen suosioon Lotta ja Pappa -sarjansa sekä karjalaisuudesta kertovien kirjojensa kautta. Kirjailija kuvaa itseään globaaliksi tarinankertojaksi sekä laulun ja teatterin ystäväksi. Saahko kertoo pääkirjastolla tarinaansa sekä pitää lyhyen yhteislaulutuokion ennen tilaisuuden alkua.

Sellon viemää!

to 13.2. klo 17–18, pääkirjaston Olli-monitoimitila

Ympäri maailmaa konsertoinut sellotaituri Seeli Toivio saapuu pääkirjastolle esittämään elokuvamusiikkia. Ohjelmassa muun muassa Tuulen viemää, Vertigo, Top Gun, Ennio Morricone, Gladiaattori, Titanic, Indiana Jones ja myös Suomi-filmien tunnelmia.

Kirjailijavieras Anni Kytömäki

to 18.2. klo 17–18, pääkirjaston Olli-monitoimitila

Suureen suosioon noussut Kytömäki on hämeenkyröläinen Finlandia-palkittu kirjailija, joka on työskennellyt kansalaisjärjestöissä ja muusikkona. Kytömäen romaaneja on palkittu usein palkinnoin.

Kirjailijavieras

Ann-Christin Antell

to 24.4. klo 17–18, pääkirjaston Olli-monitoimitila

Antellista on nopeasti tullut historiallisen romantiikan kärkinimi. Puuvillatehdas-sarjassa näkyvät Antellin arkeologian ja historian opinnot sekä rakkaus romantiikkaan ja kotikaupunkiin Turkuun.

Tapahtumahelmiä

Kauppatorin kuukausimarkkinat
11.1., 8.2. ja 8.3.

Suomen makein Talvisatama
25.1.–1.3., talvisia aktiviteetteja lauantaisin sataman alueella

Kalevalan päivän juhla 28.2.

Kauppatorin kevätmarkkinat 3.–4.4.

FCAA Finals 2025
3.–4.4. Korkeakoulujen jääkiekkosarjan lopputurnaus Kisapuistossa

Filmifonia -musiikki- ja taidevideofestivaali
18.–20.4. Kulttuuritila Nuijamiehessä

Muista myös Lappeenranta-salin tapahtumat!
Ohjelmisto: tapahtumat.lappeenranta.fi

Vaalit

Osallistu ja vaikuta äänestämällä!

Vuoden 2025 alue- ja kuntavaalit järjestetään huhtikuussa. Tietoa ajankohdista, äänestyskäytännöistä ja äänestyspaikoista löytyy osoitteesta lappeenranta.fi/vaalit

Avustukset

Lappeenrannan kaupungin järjestöavustukset vuodelle 2025 ovat haettavissa

Järjestöavustusta voi hakea asukas- ja kyläyhdistys- sekä kotiseutuyhdistystoimintaan, hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen tähtäävään toimintaan, kulttuuri- taide- ja perinnetoimintaan, nuorisoyhdistöjen toimintaan, liikuntatoimintaan ja pelastustoimintaan. Avustuksia voi hakea 31.1.2025 asti (pois lukien kulttuuriavustukset, joissa hakuaika ympäri vuoden).

Lisätietoja: lappeenranta.fi/avustukset