



# KOUVOLA

AKTIIVISTEN KAUPUNKI

# Tekemistä ja kokemista jokaiselle



Kouvolan kaupunki tarjoaa asukkaalleen monenlaista tekemistä ja ajanvietettä. Tapahtumat ja toiminta ovat pääosin maksuttomia.

# Kulttuuria kaikenikäisille

## TUTUSTU TAPAHTUMATARJONTAAN

### Kulttuuripalveluiden tapahtumia

Kouvolan kaupungin kulttuuripalvelut järjestää kulttuuri- ja taidetapahtumia sekä festivaaleja kaikenikäisille kohderyhmille ympäri vuoden. Vuosittaisia tapahtumia ovat mm. *Taiteiden yö, perinteikkääät Talvi- ja Elovalkeat, keski-aikatahtuma Wiipurintien markkinat, InkJazz-konsertit, Lux Like Kouvola, Näkökulmia Suomen historiaan, Kouvola-päivä sekä Kulttuurista virkistystä -kesätapahtumasarja.*

[facebook.com/kouvolan-kaupungin-kulttuuripalvelut](https://www.facebook.com/kouvolan-kaupungin-kulttuuripalvelut)

Kaupunki järjestää myös vuotuisjuhlia kuten esim. *Veteraanipäivä, Juhannus, koko perheen uudenvuoden aaton juhla.* Osan kulttuuritapahtumista voi kokea myös verkossa.

[kouvola.fi/kulttuuri](https://www.kouvola.fi/kulttuuri)

[kouvola.fi/kulttuuritapahtumat](https://www.kouvola.fi/kulttuuritapahtumat)

youtube: [kouvolan kaupunki](https://www.youtube.com/kouvolan-kaupunki)

[facebook.com/kouvolan-kaupunki](https://www.facebook.com/kouvolan-kaupunki)

[kymenlaaksonyt.fi](https://www.kymenlaaksonyt.fi)

Kouvolan kulttuurikasvatuspalvelut järjestävät lapsiperheille maksuttomia lastenkulttuuritapahtumia, mm. *Lastenkulttuuri- viikot ja Satuviikot.*

Lennokki on kulttuurikasvatusohjelma 1.-9. -luokkalaisille. Erityislasten kulttuurikerhot (teatteri, musiikki, tanssi ja taide) ovat myös kaupungin asukkailleen tarjoamia maksuttomia palveluja. Kulttuurivirta -ohjelma tarjoaa kulttuurista virkistystä eri muodoissa ikäihmisille.

[kouvola.fi/kulttuurikasvatus](https://www.kouvola.fi/kulttuurikasvatus)

### Kansalaisopisto

Katso kansalaisopiston ilmaistapahtumat, luennot, verkkoluennot:

[kouvolan-kansalaisopisto.fi/tapahtumat](https://www.kouvolan-kansalaisopisto.fi/tapahtumat)

### Kirjastojen tapahtumat

Kirjailijavierailut, kirjallisuuspiirit, tarinakoukut, musiikkikonsertit, satutuokiot, elokuvaesitykset, digineuvonta, luennot, näyttelyt ja etätapahtumat. Kirjastojen tapahtumat löydät myös Kouvolan, Kuusankosken ja Myllykosken kirjastojen Facebook- sivuilta sekä kirjaston kotisivuilta.

[kyyti.finna.fi](https://www.kyyti.finna.fi)

### Musiikkitapahtumat

Kouvolan kaupunki tekee yhteistyötä Kymi Sinfoniettan ja Pohjois-Kymen musiikkiopiston kanssa. Näiden lisäksi Kouvola löytyy monipuolista musiikkitarjontaa rockista kansanmusiikkiin.

[kouvola.fi/musiikki](https://www.kouvola.fi/musiikki)

### Teatteriesitykset

Kouvola toimii laadukas ammatti-teatteri Kouvolan Teatteri sekä lukuisia harrastajateattereita.

[kouvola.fi/teatterit](https://www.kouvola.fi/teatterit)

### Kouvolan kulttuuripalkinnot

Kuntalaiset voivat ehdottaa palkinnon-saajia vuosittain alkuvuodesta. Palkinto jaetaan vuosittain Kouvola-päivänä.

[kouvola.fi/kulttuuripalkinnot](https://www.kouvola.fi/kulttuuripalkinnot)

## TILOJA KOKOUKSILLE JA KULTTUURILLE

### Kouvolan tapahtumatalot

Kouvolan tapahtumataloista löytyvät tilat erilaisille kulttuuritapahtumille ja kokouksille. Kuusankoskitalon Kuusasaali on kaupunkimme suurin konserttisaali, johon mahtuu 480 kuulijaa. Monet eturivin tunnetut artistit vierailevat tapahtumataloissa ja monipuolistavat musiikkitarjontaa.

Kuusankoskitalon galleria on suosittu näyttelytila, jota vuokrataan eri alan taiteentekijöille. Galleriaan on vapaa pääsy.

[kouvolan-tapahtumatalot.fi](https://www.kouvolan-tapahtumatalot.fi)

### Kirjastojen tilat

**Mediamaja** pääkirjastossa. Välineet ja ohjaus omaehtoiseen tekemiseen: tietokoneet, äänitys, videointi, studio, editointi, digitointi, pelaaminen, pelikonsolit, lautapelit, laitelainaus.

**Urban Office** pääkirjaston eteisaulassa on ilmaista työ- ja opiskelutilaa tulostus- ja skannaus- mahdollisuuksin. Ilman varausta. Myös muissa kirjastoissa on työskentelytiloja.

**Kirjastojen tiloja varattavissa** Varaa- mo-palvelusta kirjastokortilla ja siihen liitettyä tunnusluvulla. Osa varattavista tiloista on maksuttomia ja osa maksullisia.

Katso lisää [varaamo.kouvola.fi](https://www.varaamo.kouvola.fi)

[kyyti.finna.fi](https://www.kyyti.finna.fi)

### Näyttelytilat

Kouvolan alue tarjoaa taiteiden ystävälle paljon nähtävää ja koettavaa. Eri tyylisiä ja -kokoisia näyttelytiloja on koko kunnan alueella kaupungin isoista Poikilo-museoista pieniin taidekahvila-näyttelyihin ja gallerioihin. Näyttelytilojen vuokraus on pääosin maksullista.

[kouvola.fi/nayttelytilat](https://www.kouvola.fi/nayttelytilat)

### Yhteisötilat

Kouvolan aluetoimikunnat ovat perustaneet yhteisötiloja Elimäelle, Jaalaan, Keskusta-alueelle, Kuusankoskelle ja Myllykoskelle. Tavoitteena on asukkaiden hyvinvoinnin lisääminen aktiivisella alueen yhteisöllisellä toiminnalla sekä tuoda asukkaille järjestöjen ja muiden toimijoiden järjestämiä kaikille avoimia palveluja ja harrastusmahdollisuuksia.

Elimäellä on *Pulju* -kylätalo ja Jaalassa *Jaalatalo* entisessä kunnantalossa. Keskusta-alueella on *Porukkatalo* ja muita kohtaamispaikkoja, Kuusankoskella *Etappi* ja Myllykoskella *Kamari*. Valkealassa yhteisötila on vielä selvittelyssä. Yhteisötilan päivittäisen toiminnan hoitavat sitä käyttävät toimijat omatoimisesti. Kaupunki vastaa tilan teknisestä ylläpidosta ja sen varustuksen toimivuudesta.

[kouvola.fi/yhteisotilat](https://www.kouvola.fi/yhteisotilat)





## POIKILO-MUSEOT – KOE ILO!

Poikilo-museoissa voit vierailla sekä taidemuseossa että kaupunginmuseossa. Perjantaisin on aina vapaa pääsy klo 16–18. Alle 18-vuotiaat pääsevät maksutta. Tutustu Poikilon näyttelyihin ja ohjaisohjelmaan.

### Taidemuseo Poikilo

Monipuolinen taidemuseo Poikilo esittelee sekä perinteistä taidetta, että uutta ja kokeilevaa ilmaisua. Taidemuseon näyttelyiden lisäksi tiloissa on myös **KOUTA ry:n galleria**, jossa on oma näyttelyohjelma sekä **Kino-Poikilo**, studio mediataiteen esittämistä varten. Sen esitykset liittyvät taidemuseon näyttelyyn tai ovat itsenäisiä teoksia. Vaihtuvia näyttelyjä on myös **Poikilo-galleriassa**, johon on vapaa pääsy.

### Kaupunginmuseo

#### Poikilo

Kaupunginmuseo Poikilossa on esillä Kouvolan historiaan liittyviä näyttelyjä. [poikilo.fi](http://poikilo.fi)

[facebook.com/poikilomuseot](https://www.facebook.com/poikilomuseot)  
[instagram.com/poikilomuseot](https://www.instagram.com/poikilomuseot)  
Youtube: Poikilo-museot

## KANSALAIPOISTO

Kouvolan kansalaisopistolla on toimintaa lähes 60 pisteessä eri puolilla Kouvola. Kurssivalikoimassa on noin 800 kurssia. Suuri osa näistä on maksullisia. Opetushallituksen avustus mahdollistaa erityisryhmien (esim. seniorit, työttömät, maahanmuuttajat) tukemisen opinnoissa mm. alennettujen kurssimaksujen ja opinto-seteleiden kautta.

[uusi.opistopalvelut.fi/kouvola](http://uusi.opistopalvelut.fi/kouvola)  
[kouvolankansalaisopisto.fi](http://kouvolankansalaisopisto.fi) | [facebook.com/kouvolankansalaisopisto](https://www.facebook.com/kouvolankansalaisopisto)  
[instagram.com/kouvolankansalaisopisto](https://www.instagram.com/kouvolankansalaisopisto)

### Museot verkossa

Kartanoiden Kouvola -näyttelyyn voit tutustua milloin tahansa. [poikilo.fi/koe-ja-osallistu/](http://poikilo.fi/koe-ja-osallistu/)

### Mobiiliopastukset

Tutustu Kouvolan patsaisiin, ravintolahistoriaan, muinaisiin taistelupaikoihin tai muuttuneeseen kaupunkivaan kotisohvalta tai tulosta reittikartta ja kierrä kävellen/pyöräillen. [poikilo.fi/koe-ja-osallistu/mobiiliopastukset](http://poikilo.fi/koe-ja-osallistu/mobiiliopastukset)

### Kokoelmat verkossa

Poikilo-museoiden taideteos-, valokuva- ja esinekokoelmiin voit tutustua verkossa. [www.poikilo.finna.fi](http://www.poikilo.finna.fi)

## KIRJASTOT

Kirjastossa voit lukea, opiskella, käyttää laitteita ja aineistoa sekä oleskella. Kokoelmista voi lainata kauno- ja tietokirjallisuutta eri kielillä, kielikursseja, äänikirjoja, elokuvia, nuotteja ja musiikkiäänitteitä.

### Omatoimikirjastot

Elimäen, Haanojan, Inkeröisten, Jaalan, Korian, Myllykosken ja Valkealan omatoimikirjastoissa voit asioida joka päivä.

### Kirjastoauto

Kirjastoauto Tesaurus liikennöi laajasti ympäri Kouvola. Aikataulut [kyyti.finna.fi](http://kyyti.finna.fi)

### E-aineistot:

Kirjasto tarjoaa pääsyn erilaisiin sähköisiin aineistoihin. Valikoimaan kuuluu mm. kirjoja, äänikirjoja, kotimaisia ja ulkomaisia sanomalehtiä, aikakauslehtiä, musiikkia ja elokuvia. Joitakin palveluja voi käyttää vain kirjastossa mutta osa toimii myös etänä kotona. Lisätietoa e-aineistoista [kyyti.finna.fi](http://kyyti.finna.fi)

### Lainattavat esineet

Kirjastosta voi myös lainata erilaisia esineitä. Valikoima vaihtelee eri kirjastoissa.

### Huomaa myös:

Äänikirjoja **Celia**-kirjastosta lukemisesteisille.

**Kirjaston tulostuspalvelussa** voi tulostaa, kopioida ja skannata tietoturvasestisesti.

**Kotiinkuljetuspalvelu** henkilöille, jotka sairauden tai toimintakyvyn heikentymisen vuoksi eivät itse tai läheisen avustamana voi käyttää kirjastoja.

[facebook.com/kouvolanankirjasto](https://www.facebook.com/kouvolanankirjasto) | [facebook.com/myllykoskenkirjasto](https://www.facebook.com/myllykoskenkirjasto)  
[facebook.com/kuusankoskenkirjasto](https://www.facebook.com/kuusankoskenkirjasto) | [instagram.com/kouvolanankirjastot](https://www.instagram.com/kouvolanankirjastot)

# Tekemistä nuorille

## NUORISOPALVELUT

### Monipuolista tekemistä nuorille

Nuorisopalvelut järjestää tapahtumia ja tekemistä vapaa-ajalle 11-28 -vuotiaille nuorille. Kymmenellä NuortenTalolla ympäri Kouvola nuoret voivat viettää aikaa, tavata kavereita ja harrastaa. SporttiTalo Lehdokissa nuorilla on mahdollisuus treenata hyvin varustellussa kuntosalissa. NuortenPaikassa Pelitalo Vintillä pääsee pelaamaan kavereiden kanssa samassa tilassa pelitietokoneilla.

Retkiä, leirejä ja tapahtumia toteutetaan pääsääntöisesti koulujen loma-aikoina nuorten toivomiin kohteisiin. Suurin osa tapahtumista ja toiminnoista on maksuttomia!

[www.nuortenkouvola.fi](http://www.nuortenkouvola.fi)  
[instagram.com/nuortenkouvola](https://www.instagram.com/nuortenkouvola)  
[facebook.com/kouvolan.nuorisopalvelut](https://www.facebook.com/kouvolan.nuorisopalvelut)





# Liikkumaan – yksin tai yhdessä

## AINA LÖYTYY SYITÄ LIIKKUA

### Liikkuvakouvola

Liikkuvakouvola kannustaa aktiiviseen arkeen. Seuraa liikkuvakouvola Facebookissa, Instagramissa ja Youtubessa.

### Avoimia ja maksuttomia yleisövuoroja

Yleisöluistelua Kouvolan, Valkealan, Kuusankosken ja Inkeröisten jäähalleissa. Kävelyvuorot talviaikaan turvallisesti Kouvolan jäähallin kiertävällä juoksuradalla. Jaalan palloilusalissa avoin perheliikuntavuoro viikonloppuisin. [kouvola.fi/yleisovuorot](http://kouvola.fi/yleisovuorot)

### Erityisryhmien uinti- ja kuntosalikortti

Sairauden tai vamman perusteella voi hakea erityisryhmien uinti- ja kuntosalikorttia vuodeksi kerrallaan. Kortilla pääsee maksutta kaupungin uimahalleihin ja kuntosaleille. Huom. Kortti on maksullinen. Kts. erityisryhmien uinti- ja kuntosalikortista tarkemmin p. 020 615 4220

[kouvola.fi/erlkortti](http://kouvola.fi/erlkortti)

### Kuntokortit

Kuntokortteja saa uimahalleilta ja kaupungin liikunnanohjaajilta. Palautetut kortit osallistuvat arvontaan kolmesti vuodessa.

[kouvola.fi/liikuntahankkeet](http://kouvola.fi/liikuntahankkeet)

### Ohjattu liikunta

Terveys- ja erityisliikuntaa eri puolilla Kouvola yhteistyössä järjestöjen ja vertaisohjaajien kanssa. Kouvolan kansalaisopiston kurssitarjonnassa on liikuntaa ja tanssia. Ryhmät ovat maksullisia. Vertaisohjatut liikuntaryhmät pääosin maksuttomia.

[kouvola.fi/liikuntaryhmat](http://kouvola.fi/liikuntaryhmat)  
[kouvola.fi/kansalaisopisto](http://kouvola.fi/kansalaisopisto)

### Välineitä lainaksi

Liikuntavälineitä voi lainata Kouvolan Pääkirjastosta sekä Myllykosken, Elimäen ja Jaalan kirjastoista. Lainattavana mm. kävelysauvoja, kahvakuulia, tasapainolautoja ja paljon muita. Valikoima vaihtelee eri kirjastoissa. Pääkirjastossa valikoima on laajin.

### Porukkatalon liikuntatila

Liikuntatila ja sen välineistö soveltuvat hyvin senioreille, mutta myös muille kevyempää voima- ja tasapainoharjoittelua kaipaaville. Liikuntatila sijaitsee Savonkadulla Kouvolan keskustassa. Tila on avoin ja maksuttomasti käytettävissä: ma, to ja pe klo 8-14 ti ja ke klo 8-13. Muutokset mahdollisia.

[kouvola.fi/porukkatalonliikuntatila](http://kouvola.fi/porukkatalonliikuntatila)

## LIIKKEELLE!

Liikkeelle! -toiminta on tarkoitettu kuntosalitai- tai vesijuoksu- ja harrastusta aloittaville. Ohjaus on maksutonta (uimahallin ja kuntosalimaksu maksetaan kassalle). Ota yhteys alueesi liikunnan- ohjaajaan ja varaa aika henkilökohtaiseen opastukseen.

Keskusta p. 020 615 7625 tai

p. 020 615 8248

Kuusankoski p. 020 615 4234

Valkeala p. 020 615 7551

Koria, Jaala p. 020 615 7081

[kouvola.fi/liikkeelle](http://kouvola.fi/liikkeelle)

## Liikuntaneuvonta

Maksuton liikuntaneuvonta auttaa sinua elintapamuutoksissa ja tukee sinua matkalla kohti aktiivisempaa arkea. Palveluun pääsee terveydenhuollon lähetteellä tai voit varata ajan itse.

### Lapset, nuoret ja perheet

p. 020 615 6374

**Työikäiset (20–65 v.)** p. 020 615 8248

**Ikääntyneet (yli 65 v.)** p. 020 615 7625

[kouvola.fi/liikuntaneuvonta](http://kouvola.fi/liikuntaneuvonta)

## VIRKISTY ULKOILLEN

### Frisbeegolf

Kouvolan kaupungin alueella sijaitsee useita eritasoisia frisbeegolf-ratoja. Voit pelata taitotasosi mukaisella radalla esim. vaativassa metsämaastossa tai puistomaisella radalla kaupungin sydämessä.

[kouvola.fi/frisbeegolf](http://kouvola.fi/frisbeegolf)

Katso myös:

[kouvola.fi/lahiliikuntapaikat](http://kouvola.fi/lahiliikuntapaikat)  
[kouvola.fi/puistot](http://kouvola.fi/puistot)

### Uimapaikat

Kouvolassa on 11 kaupungin ylläpitämää uimarantaa. Talviuimapaikkoina Myllykosken ja Likolammen avannot.

[kouvola.fi/uimarannat](http://kouvola.fi/uimarannat)

### Luontopolut

Kouvolassa on monta viihtyisää luontopolkua, joista osassa on huomioitu myös liikuntarajoitteisten liikkuminen.

[kouvola.fi/luontopolut](http://kouvola.fi/luontopolut)

### Ladut ja kutoradat

Kattava latu- ja kutorataverkosto tarjoaa helppoa lähiliikuntaa ympäri vuoden.

[kouvola.fi/ladut](http://kouvola.fi/ladut)

### Repoveden

#### kansallispuisto

Repoveden kansallispuisto tarjoaa paljon kauniita maisemia ja reittejä mm. patikointiin, maastopyöräilyyn ja melontaan. Kesäaikaan suosituimpia patikoitavia lenkkejä ovat Koppelonkierros 8,2 km, Ketunlenkki 3,5 km ja Kaakkurin kierros 26 km.

[repovedenkansallispuisto.fi](http://repovedenkansallispuisto.fi)

### Kymijoen ulkoilureitti

Kymijoen maisemaa pääsee ihaillemaan pyörän satulasta tai patikoiden upouutta Kymijoen ulkoilureittiä pitkin, jonka kokonaismitta on 25 km. Johtuen Kymijoen jyrkistä rantapenkereistä, on reitillä myös portaita. Nämä kohdat ovat kuitenkin

kierrettävissä pyöräiltäviä kiertoreittejä pitkin. Reitillä on kolme esteetöntä osuutta – Sääksniemessä, Rauhanharjussa, ja Alakylässä, joilla pääsee liikkumaan myös pyörätuolla ja lastenratilla.

[kouvola.fi/kymijoenulkoilureitti](http://kouvola.fi/kymijoenulkoilureitti)

### Kuntoportaat

Porrastreeni on suosittu treenimuoto. Kuntoportaat löydät mm. Palomäeltä (188 askelmaa) ja Valkealan urheilukeskuksesta (70 askelmaa).

[kouvola.fi/kuntoporaat](http://kouvola.fi/kuntoporaat)

### Ratamon terveystietsä

Ratamokeskuksen vieressä sijaitsevaan terveystietsään pääset Ratamokeskuksen parkkipaikalta rakuksen päädyssä. Vajaan kilometrin mittaisen reitin varrelle on sijoitettu sekä pysyvää että väliaikaista taidetta sekä levähdys- ja hiljentymispaikkoja.

[kouvola.fi/ratamoterveystietsa](http://kouvola.fi/ratamoterveystietsa)

# Viihdytään yhdessä

## NEUVONTAA JA VIRTAA TEKEMISEEN

### Maahanmuuttajien ohjaus ja neuvonta MOONA

MOONA ohjaa ja neuvoo maahanmuuttoon ja kotoutumiseen liittyvissä arjen asioissa. Palvelu on maksutonta ja kaikille avointa. MOONA palvelee suomen ja englannin lisäksi myös monilla muilla kielillä. Apua saa esimerkiksi oleskelulupa- ja kansalaisasioissa, koulutukseen, työelämään ja vapaa-ajan mahdollisuuksiin liittyvissä asioissa. Autamme myös erilaisten lomakkeiden täytössä. [moona@kouvola.fi](mailto:moona@kouvola.fi), p. 040 611 7052

[kouvola.fi/moona](http://kouvola.fi/moona)

### Virta-kortti

Kortilla pääsee nauttimaan monista kulttuurin, liikunnan ja yhteisöpalvelujen toiminnoista maksutta tai lähes ilmaiseksi. 20 euron hintainen kortti on suunnattu takuueläkeläisille ja täydentävää toimeentulotukea saaville.

[kouvola.fi/virta-kortti](http://kouvola.fi/virta-kortti)

Päivitetty 3/25 Muutokset mahdollisia  
Kannen kuva Helena Jetsu

[kouvola.fi/vapaa-aika](http://kouvola.fi/vapaa-aika)

### Kysy lisää:

#### Kulttuuripalvelut

**Elina Koivisto**

p. 020 615 8454

[elina.koivisto@kouvola.fi](mailto:elina.koivisto@kouvola.fi)

#### Liikuntapalvelut

**Teemu Mäkupaakkanen**

p. 020 615 8228

[teemu.makipaakkanen@kouvola.fi](mailto:teemu.makipaakkanen@kouvola.fi)

#### Nuorisopalvelut

**Maritta Rihu**

p. 020 615 7794

[maritta.rihu@kouvola.fi](mailto:maritta.rihu@kouvola.fi)

#### Hyvinvointipalvelut

**Sanna-Riitta Junnonen**

p. 020 615 7429

[sanna-riitta.junnonen@kouvola.fi](mailto:sanna-riitta.junnonen@kouvola.fi)

