

A vibrant outdoor event in a park. In the foreground, a person in a dark, textured costume with a colorful, translucent hood is blowing large, iridescent bubbles. Another person in a similar costume is visible behind them. A large crowd of people, including children and adults, is gathered in the background, watching the activity. The scene is set in a lush green park with tall trees under bright sunlight. The overall atmosphere is festive and community-oriented.

КОУВОЛА

AKTIIVISTEN KAUPUNKI

Заняття та досвід для кожного

Місто Коуволла пропонує своїм мешканцям різноманітні заняття та дозволя. Заходи та діяльності здебільшого безкоштовні.

Культура для будь-якого віку

ДІЗНАЙТЕСЯ ПРО ПРОПОЗИЦІЮ ЗАХОДІВ

Події культурних послуг

Культурні служби міста Коувола протягом року організовують культурні та мистецькі заходи та фестивали для цільових груп різного віку. Щорічні події включають напр. *Ніч мистецтв, традиційна зима та Elovalkea, середньовічна подія Wiipurintie market, концерти InkJazz, Lux Like Kouvola, Перспективи історії Фінляндії, день Kouvola та культурний відпочинок* - серія літніх заходів.

facebook.com/kouvolankaupungin-kulttuuripalvelut

Місто також організовує щорічні вечірки, такі як *День ветерана, Іванів День, вечірка новорічного переддня для всієї родини*. Деякі з культурних подій також можна побачити онлайн.

kouvola.fi/kulttuuri
kouvola.fi/kulttuuritapahtumat
youtube: kouvolan kaupunki
facebook.com/kouvolankaupunki
kymenlaaksonyt.fi

Служби культурної освіти Коуволі організовують безкоштовні дитячі культурні заходи для сімей з дітьми, напр. *Тижні дитячої культури та Тижні казки*.

Lenpokki - культурно-освітня програма для 1 до 9. -класників. Культурні гуртки для особливих дітей (театральні, музичні, танцювальні та мистецькі) також є безкоштовними послугами, які місто пропонує своїм мешканцям. Програма Kulttuurivirta пропонує культурний відпочинок у різних формах для літніх людей.
kouvola.fi/kulttuurikasvatus

Громадський коледж

Дивіться безкоштовні заходи, лекції, онлайн-лекції громадянського коледжу:

kouvolankansalaisopisto.fi/tapahtumat

Бібліотечні заходи

Авторські візити, літературні гуртки, сюжетні гачки, музичні концерти, майстер-класи з казок, кінопокази, цифрові консультації, лекції, виставки та дистанційні заходи. Ви також можете знайти бібліотечні події на Facebook-сторінках бібліотек Коуволі, Куусанкоскі та Мюллюкоскі та на домашній сторінці бібліотеки.

kyyti.finna.fi
kyyti.finna.fi/?lng=en-gb

Музичні події

Місто Коувола співпрацює з музичною школою Kymi Sinfonietta та Pohjois Kymi. На додаток до них, Коувола пропонує різноманітну музику, від року до народної музики.
kouvola.fi/musiikki

Театральні вистави

У Коуволі є високоякісний професійний театр Kouvola Teatteri, а також численні аматорські театри.
kouvola.fi/teatterit

Культурні нагороди Коуволі

Муніципалітети можуть пропонувати лауреатів щороку з початку року. Премія вручається щорічно в день Коуволі.

kouvola.fi/kulttuuripalkinnot

ПРИМІЩЕННЯ ДЛЯ ЗБОРІВ ТА КУЛЬТУРИ

Будинки для проведення заходів в Коуволі

Будинки для проведення заходів в Коуволі пропонують місця для різноманітних культурних заходів і зустрічей. Зал Kuusaa Kuusankoskitaloi є найбільшим концертним залом нашого міста, який може вмістити 480 слухачів. Чимало відомих артистів з передової відвідують зали для проведення заходів і урізноманітнюють музичну пропозицію. Галерея Kuusankoskitalo — популярне виставкове приміщення, який здають в оренду митцям різних галузей. Вхід до галереї вільний.

kouvola.fi/kuusankoskitalo

Бібліотечні приміщення

Mediamaja у головній бібліотеці. Інструменти та керівництво для самостійної роботи: комп'ютери, запис, відеозапис, студія, монтаж, оцифровка, ігри, ігрові приставки, настільні ігри, прокат обладнання.

Urban Office — це безкоштовний простір для роботи та навчання з можливостями друку та сканування у холі головної бібліотеки. Без бронювання. Інші бібліотеки також мають робочі приміщення.

Бібліотечні приміщення можна забронювати в сервісі [Varaamo](http://varaamo.fi) за бібліотечною картою та кодом, який додається до неї. Деякі з місць, які можна зарезервувати, є безкоштовними, а деякі платними.

Дивіться більше на: varaamo.kouvola.fi
kuuti.finna.fi
kuuti.finna.fi/?lng=en-gb

Виставкові приміщення

Район Коуволі пропонує друзям мистецтва багато чого побачити та спробувати. По всьому муніципалітету є виставкові приміщення різних стилів і розмірів, від великих музеїв Пойкіло міста до невеликих виставок і галерей у арт-кафе. Оренда виставкових приміщень переважно платна.

kouvola.fi/nayttelytilat

Спільнотні приміщення

Регіональні муніципалітети Коуволі створили громадські приміщення в Елімякі, Яаала, районі Кескуста, Куусанкоскі та Мюллюкоскі. Мета полягає в тому, щоб підвищити добробут мешканців шляхом активізації громадської діяльності в районі та надати мешканцям відкриті послуги та можливості для хобі, організовані організаціями та іншими учасниками.

Елімякі має суспільне приміщення *Pulju* та *Jaalatalo* в Яаала в колишньому муніципальному будинку. У центрі міста є *Porukkatalo* та інші місця зустрічей, *Etappi* в Куусансько та *Kamari* в Мюллюкоскі. У Валкеала громадське приміщення все ще з'ясовується. Повсякденною діяльністю приміщення громади самостійно керують діячі, які його використовують. Місто відповідає за технічне обслуговування приміщення та функціональність його обладнання.

kouvola.fi/yhteisotilat





МУЗЕЇ POIKILO – ВІДЧУЙТЕ РАДІСТЬ!

У музеях Poikilo можна відвідати як художній, так і міський музей. По п'ятницях завжди вільний вхід з 16:00 до 18:00. Дітям до 18 років вхід безкоштовний. Ознайомтеся з виставками та навчальною програмою

Художній музей Poikilo

Багатогранний художній музей Poikilo представляє як традиційне мистецтво, так і нові й експериментальні форми вираження. Окрім експозицій художнього музею, у приміщенні також є **галерея KOUTA ry** яка має власну виставкову програму, та студія медіа-мистецтва **Kino-Poikilo**, його вистави пов'язані з експозицією художнього музею або є самостійними творами. Також є змінні виставки в **галереї Poikilo**, вхід куди вільний.

Міський музей Poikilo

Міський музей у Пойкіло має експонати, пов'язані з історією Коуволі.

poikilo.fi

facebook.com/poikilomuseot

instagram.com/poikilomuseot

Youtube: [Poikilo-museot](https://www.youtube.com/channel/UC...)

Музеї онлайн

Відвідати виставку Маєтків Kouvola можна в будь-який час
poikilo.fi/koe-ja-osallistu/

Мобільний навідник

Explore Kouvola's statues, food history, ancient battlefields or transformed cityscape from your couch or print out a route map and walk/cycle around.
poikilo.fi/koe-ja-osallistu/mobiiliopastukset

Колекції онлайн

Витвори мистецтва, фотографії та колекції предметів музею Пойкіло можна переглянути онлайн.
poikilo.finna.fi

ГРОМАДСЬКИЙ КОЛЕДЖ

Коуволі працює майже в 60 місцях по всій Коуволі. У добірці курсів близько 800 курсів. Більшість із них платні. Грант від Управління освіти дозволяє особливим групам (наприклад, літнім людям, безробітним, іммігрантам) отримати підтримку в їх навчанні, напр. через знижену плату за курси та ваучери на навчання.

uusi.opistopalvelut.fi/kouvola

kouvola.fi | facebook.com/kouvola | instagram.com/kouvola

[youtube.com/kouvola](https://www.youtube.com/channel/UC...)

БІБЛІОТЕКИ

У бібліотеці можна читати, вчитися, користуватися обладнанням і матеріалами, проводити час. З колекцій можна запозичити художню та науково-популярну літературу різними мовами, мовні курси, аудіокниги, фільми, ноти та музичні записи.

Самостійні бібліотеки

Ви можете вести бізнес щодня в незалежних бібліотеках Елімакі, Хааноя, Інкероїнен, Яала, Корія, Мюллюкоскі та Валкеала.

Електронні матеріали:

Бібліотека пропонує доступ до різноманітних електронних матеріалів. Вибір включає напр. отечі, але деякі також працюють віддалено вдома. Більше інформації про електронні матеріали kyyti.finna.fi

Предмети для позики

Ви також можете взяти різні предмети в бібліотеці. У різних бібліотеках вибір різний. книги, аудіокниги, вітчизняні та зарубіжні газети, журнали, музика та фільми. Деякі послуги можна використовувати лише

facebook.com/kouvolankirjasto
facebook.com/myllykoskenkirjasto
facebook.com/kuusankoskenkirjasto
instagram.com/kouvolankirjastot

Бібліотечний автомобіль

Бібліотечний автомобіль Tesauro курсує по всьому Коуволу. Розклади kyyti.finna.fi
kyyti.finna.fi/?lng=en-gb

Також зауважте:

Аудіокниги з бібліотеки Celia для людей з вадами читання.

У службі друку бібліотеки

ви можете безпечно друкувати, копіювати та сканувати.

Служба доставки додому

для людей, які через хворобу чи порушення працездатності не можуть користуватися бібліотеками самостійно або за допомогою близької людини.

Чим зайнятися молоді

ПОСЛУГИ ДЛЯ МОЛОДІ

Різноманітні заходи для молоді

Молодіжні служби організують заходи та дозволяють для молоді 11-28 років. У десяти будинках молоді навколо Коуволу молоді люди можуть проводити час, зустрічатися з друзями та займатися хобі. У SporttiTalo Lehdos у молоді є можливість комп'ютерах.

Екскурсії, табори та заходи в основному проводяться під час шкільних канікул у місяць, які бажає молодь. Більшість подій та заходів безкоштовні!

nuortenkouvola.fi
instagram.com/nuortenkouvola
facebook.com/kouvolan.nuorisopalvelut





Пересуватися - поодинці або разом

ЗАВЖДИ Є ПРИЧИНИ ДЛЯ ПЕРЕЇЗДУ

Рухлива Коувола

Рухлива Коувола спонукає до активного повсякденного життя. Слідкуйте за рухлива Коувола (liikkuvakouvola) у Facebook, Instagram та YouTube.

Відкриті та безкоштовні зміни для публіки.

Публічне катання на ковзанах Коувола, Валкеала, Куусанкоскі та Інкеройнен. Зимові зміни ходьби по біговій доріжці, яка огинає ковзанку Коувола. У залі гри з м'ячем Jaala у вихідні проводяться відкриті сімейні спортивні зміни.

kouvola.fi/yleisovuorot

Карта на плавання та спортзал для спеціальних груп

У зв'язку з хворобою чи інвалідністю ви можете подати заявку на отримання картки на плавання та заняття спортом для спеціальних груп на один рік. Картка дозволяє безкоштовно відвідувати басейни та спортзали міста. Увага. Картка є платною. див детальніше про карту плавання та занять спортом для спеціальних груп т. 020 615 4220

kouvola.fi/erikortti

Фітнес карти

Фітнес-карти можна отримати в басейнах та у фітнес-інструкторів міста. Повернуті картки беруть участь у розіграші тричі на рік.

kouvola.fi/liikuntahankkeet

Керовані вправи

Оздоровчі та спеціальні вправи в різних частинах Коуволи у співпраці з організаціями та інструкторами для однолітків. Громадський коледж Коуволи пропонує спортивні секції та танці. Групи платні. Групи тренувань однолітків під керівництвом здебільшого безкоштовні.

kouvola.fi/liikuntaryhmat
kouvolankansalaisopisto.fi

Приладдя для позики

Приладдя для тренувань можна взяти в головній бібліотеці Коувола та бібліотеках Мюллюкоскі, Елімякі та Яаала. бути запозиченим, напр. палиці для ходьби, гирі, дошки для балансування та багато іншого. У різних бібліотеках вибір різний. Основна бібліотека має найширший вибір.

Спортивний зал групового будинку Porukkatalo

Спортивний зал та його обладнання добре підходять для людей похилого віку, а також для інших, кому потрібні легші тренування сили та рівноваги. Спортивний зал розташований на Савонкату в центрі Коувола. Приміщення відкрито і доступно безкоштовно: Пн, Чт і Пт з 8:00 до 14:00, Вт і Ср з 8:00 до 13:00. Можливі зміни.

kouvola.fi/porukkatalonliikuntatila

РУХАЄМОСЯ!

Рухаємося! - заняття призначені для тих, хто починає займатися спортзалом або займатися бігом на воді. Інструктаж безкоштовний (плата за відвідування басейну та тренажерного залу оплачується в касі). Зв'яжіться з інструктором фізкультури у вашому регіоні та домовтеся про зустріч для особистого керівництва.

Центр с. 020 615 7625 або
т. 020 615 8248
Куусанкоскі т. 020 615 4234
Валкеала т. 020 615 7551
Корія, Яала т. 020 615 7081
kouvola.fi/liikkeelle

Консультації щодо фізичних вправ

Безкоштовні консультації щодо фізичних вправ допоможуть вам змінити спосіб життя та підтримають вас на шляху до більш активного повсякденного життя. Отримати послугу можна за направленням лікаря або записатися на прийом самостійно.

Діти, молодь і сім'ї

т. 020 615 6374

Працевдатний вік (20–65 років)

т. 020 615 8248

Люди похилого віку (старше 65 років) т.
020 615 7625

kouvola.fi/liikuntaneuvonta

ОСВІЖІТЬСЯ ПРОГУЛЯНКОЮ

Доріжки для фріз-бі-гольфу

У районі міста Коуволла є кілька доріжок для фрізбі-гольфу різного рівня. Ви можете грати відповідно до свого рівня майстерності на доріжці, напр. у складній лісовій місцевості або на парковій доріжці в центрі міста.

kouvola.fi/frisbeegolf

Дивіться також:

kouvola.fi/

lahiliikuntapaikat

kouvola.fi/puistot

Місця для купання

Коуволла це 11 пляжів, які обслуговуються містом. Зимове купання-місцями є отвори Мюллюкоскі та Ліколамме.

kouvola.fi/uimarannat

Природні стежки

Коуволла є багато приємних природних стежок, деякі з яких також враховують рух людей з обмеженими можливостями пересування.

kouvola.fi/luontopolut

Лижні та доріжки для фітнесу

Широка мережа Лижні та доріжок для фітнесу пропонує легкі фізичні вправи протягом усього року.

kouvola.fi/ladut

Національний парк

Repovede

Національний парк Repovede пропонує багато красивих ландшафтів і маршрутів, напр. для піших прогулянок, катання на гірських велосипедах і байдарках. Влітку найпопулярніші спуски на греблях – Коппелонкер-рос 8,2 км, Кетунленккі 3,5 км і Кааккурі 26 км.

repovedenkansallispuisto.fi

Відкрита стежка

Кюмійокі

Ви можете помилуватися краєвидами Кюмійокі з сідла велосипеда або прогулявшись новенькою відкритою стежкою Кюмійокі, загальна довжина якої становить 25 км. Через круті насипи Кюмійокі на маршруті також є сходи. Однак по цих пунктах можна їздити

велосипедними маршрутами. Маршрут складається з трьох безбар'єрних ділянок – у Sääksniemi, Rauhanharju та Alakylä, де також можна використовувати інвалідні та дитячі коляски.

kouvola.fi/kymijoenuulkoilu-reitti

Сходи для фітнесу

Тренування по сходах є популярним видом фізичних вправ. Сходи для фітнесу є напр. Від Паломякі (188 сходинок) і спортивного центру Валкеала (70 сходинок).

kouvola.fi/kuntoporaat

Ліс здоров'я Ратамо

можете потрапити до лісу здоров'я поруч із Ратамокеккус зі стоянки Ратамокеккус у кінці будівлі. По маршруту довжиною трохи менше кілометра є як постійне, так і тимчасове мистецтво, а також відпочинок і тихі місця.

kouvola.fi/

ratamonterveysmetsa

Давай веселитися разом

КОНСУЛЬТУВАННЯ ТА ЗАРЯД ДЛЯ ДІЯЛЬНОСТІ

Орієнтування та консультування іммігрантів MOONA

MOONA веде та консультує з повсякденних питань, пов'язаних з імміграцією та інтеграцією. Сервіс безкоштовний і доступний для всіх. MOONA обслуговує на багатьох інших мовах, крім фінської та англійської. Ви можете отримати допомогу, наприклад, у питаннях дозволу на проживання та громадянства, навчання, у справах, пов'язаних з трудовим життям і можливостями відпочинку. Ми також допомагаємо з заповненням різних бланків. moona@kouvol.fi, т. 040 611 7052
kouvol.fi/moona

Virta картка

З картою ви можете безкоштовно або майже безкоштовно користуватися багатьма культурними, спортивними та громадськими заходами. Картка за 20 євро призначена для пенсіонерів із гарантованими доходами та тих, хто отримує додаткову допомогу.
kouvol.fi/virta-kortti

Оновлено 4/24. Можливі зміни.
Фото на обкладинці Helena Jetsu
kouvol.fi/vapaa-aika

Запитайте ще:

Культурні послуги
Еліна Койвісто
т. 020 615 8454
elina.koivisto@kouvola.fi

Спортивні послуги
Тээму Мякіпаакканен
т. 020 615 8228
teemu.makipaakkanen@kouvola.fi

Служби для молоді
Марітта Ріху
т. 020 615 7794
maritta.rihu@kouvola.fi

Служби добробуту
Санна-Рітта Юннонен
т. 020 615 7429
sanna-riitta.junnonen@kouvola.fi

