



KONSAN KARTANON TAPAHTUMIA VUONNA 2014

Virumäentie 9, 20300 Turku • P. (02) 250 3636, 044 592 9324 • konsankartano@gmail.com • www.konsankartano.net



TOISTUVAT TAPAHTUMAT

Sunnuntaisin klo 18–20 FALUN DAFU -HARJOITUKSET JA LIIKESARJOJEN OPETUSTA

www.falundafu.fi
Falun Dafu (Falun Gong) on tehokas qigong-menetelmä, jota noin sata miljoonaa ihmistä alkoi harjoittaa Kiinassa 1990-luvulla. Maksuton, ei ilmoittautumista. Tarkista mahdolliset poikkeukset nettisivuilta. Tiedustelut Jenni Liu p. 050 409 7846

Maanantaisin klo 18 AURINKOKUORON HARJOITUKSET

Kuoro käyttää werbeck-äänemuodostusta ja toivoo saavansa lisää laulajia. Ks. harjoituspäivät ym. http://personal.inet.fi/yhdistys/soivatala/. Tiedustelut Markku Lulli-Seppälä 050 342 4545. Katso Werbeck-laulukurssi 15.–16.3.

Keskiviikkoisin parittomilla viikoilla klo 18 ESKO JALKANEN – LUONNONVOIMAT YHDISTYS RY

www.eskojalkanen.net
Turun kuntoutusryhmä ”Gnostbusters”, kokoontuminen Kaikkiperuskursin käyneet joukolla mukaan. Tiedustelut paavo.suorsa@gmail.com, jouko.jokinen@iki.fi

Torstaisin klo 18.30 TURUN HENKINEN KESKUS RY:N LUENTOILLAT

www.turunhenkinenkeskus.konsankartano.fi
Tiedustelut p. 044 5929324

TAMMIKUU

To 30.1. klo 18 Mindfulness-KURSSI, Samu Sundqvist kasvatustieteen maisteri, luokanopettaja

- jatkuen torstaisin yhteensä 6 kertaa. Kurssista noin 1/3 teoriaa mielentoinnasta ja tunneälystä sekä 2/3 käytännön harjoittelea, mindfulness-harjoituksia ja lempeää joogaa. Kurssin sisältö teoria- ja harjoitusviikonen sekä harjoitus-cd.

Hinta 15€/kerta tai 85€ kerralla koko kurssi. Ilmoittautumiset samu@samsaraa.fi. Lisätietoja löydät internetsivuiltamme osoitteesta www.samsaraa.fi tai Facebookista www.facebook.com/samsaraa.fi.

HELMIKUU

Ti 4.2. klo 17.30 Entiset elämät ja niiden vaikutus nykyhetkeen KURSSI, Päivi Alanen

Hinta 35 €, kahvi ja pulla 3 €.
Ilmoittautum. ja tiedust. Päivi p. 045 129 6806.

Ke 5.2. Jaana Rusin VASTAANOTTO

Tulkintoja Lenormand-korteilla, www.lucetia.eu.
Ajanvaraukset p. 02-480 842 64, mail@lucetia.eu.

Ti 11.2. klo 18 Ayurveda-konsultointia WedaPulse-laitteella LUENTO, Kalevi Lehtonen

Vapaa pääsy.
Ti 11.2. klo 18
Life Plus -TUOTE-ESITTELY, Hanna Kärävä-Holma
Miten keho voi puhdistaa hellävaraisesti, ravita bioaktiivisella ravinnolla ja suojata jatkuvaa stressiä vastaan. Nämä ovat tulevaisuuden lisäravinteita, joiden tarkoitus ei ole ainoastaan ravita keho, vaan yhtä lailla nostaa tietoisuuden tasoa.
Ilmoit. Sari Lehto 0400 524 783. Vapaa pääsy.

Ke 12.2. Kalevi Lehtosen YKSITYISVASTAANOTTO.

Ajanvaraukset p. 040 7574243
Ti 18.2. klo 18.00
EIS-tutkimus LUENTO, Kirsti Lampinen
- Miksi eläimet eivät saa sydänkohtauksia, mutta ihmiset saavat? Katso www.ecomedic.fi. Vapaa pääsy. Lue artikkeli s. 23.

Ke 19.2. Kirsti Lampisen YKSITYISVASTAANOTTO.

Ajanvaraukset p. 0400 751 591

Su 23.2. klo 11 - LÖYDÄ ITSESI, parantajakoulu, Sari Lehto

1. pv: Intuitio, mitä se on? Mistä tulen, minne olen matkalla? Mitä on oman sielun, sydämen ääni, miten sen kuulen? Miten menneet elämät vaikuttavat tähän elämään? Miten voin palvella itseäni ja muita? Anteeskianto itselle ja muille. Jatkamme matkaa yhdessä kerran kuussa toukokuuhun asti. Tulevat päivät ja teemat sovimmme ensimmäisellä kerralla. Matkamme on loputon jatkumo. Koskaan emme ole valmiita. Matkaa ja oivalluksia on vain niin paljon mukavampi tehdä yhdessä.

Hinta 70€/kerta sis.alv. Ilmoittaudu nopeasti 0400-524 783, paikkoja rajoitetusti. Lue artikkeli s. 17.

Ti 25.2. klo 18 JOUKKOPARANNUSTILAISUUS, Kateriina Kavén

Tiistaisin n. 4 vk:n välein. Oviraha 10 €

Ti 25.2. klo 18.30 Argi+ ja Aloevera -ESITTELY, Juha Vartiainen

Tule kuuntelemaan, miten Argi+ saa sydämesi, verisuonesi ja koko kehosi virkistymään ja piristymään ja voimaan paremmin, miten Argi+-n avulla saatat saada apua vanhenemiseen liittyviin oireisiin.

Ei pääsymaksua. Ilmoittautuminen Juha Vartiainen p. 040 9002533 tai Ulla Oksanen p. 044 5929324

MAALISKUU

Ti 4.3. klo 17.30 Entiset elämät ja niiden vaikutus nykyhetkeen KURSSI, Päivi Alanen

Hinta 35 €, kahvi ja pulla 3 €.
Ilmoittautum. ja tiedust. Päivi p. 045 129 6806.

Ke 5.3. klo 18 JALKOJENPESUPATATUMA, puutarhuri Rolf Nylund

Jalkojenpesu on ikaikainen ihmisten välisen kanssakäymisen tapa. Sitä on pidetty kunnioituksen, palvelemisen ja parantamisen eleenä. Sitä on joskus jopa pidetty sakramenttina eli pyhänä toimintana. Tilaisuus jakautuu kolmeen osaan: -Istumme kehässä, alustaja pesee jonkun jalat, jonka jälkeen tämä pesee alustajan jalat. Kesto 10-15 min, - ”pesty” tunnustelevat ja kertovat kokemuksistaan sitä mukaa kuin ne 30-40 min aikana ilmenevät, -muut mukana olijat keskustelevat näkemästään ja kokemastaan n.20-30 min. Huom: pesusta ei ole mitään haittaa. Välitön vaikutus kestää n. vuorokauden, ja vähenee vähitellen. Sopiva piiri 8-12 henkeä.

La-su 8.-9.3., la klo 9.00-17.30, su klo 10.30-19.00 tai yhteisen sopimuksen mukaan KINESIOLOGIAN PERUSKURSSI TOUCH FOR HEALTH 1 (TFH1), Vuokko Alvari

Tehokkaita, helppoja ja hauskoja hoitokeinoja itsellesi ja läheillesi joka kotiin. Ammatillaiset myös asiakkailleen, esim. terveys-, sosiaali-, opetus-, valmennus- ja urheilualoilla. Ovit kinesiologisen lihas- ja meridiaanitestatuksen ja monipuolisia hoitokeinoja.

Tämä maailman suosituin, virallinen kinesiologian kurssi on kaikille kiinnostuneille ilman ennakkotietoja. Keinoja tehtäväksi vaatteiden päältä. On ”dopingia ilman dopingia”. Myös tunnestressistä vapautuminen, akuutin kivun lievitysmenetelmiä, sijainstesti (vauvoille, toipilaille, eläimille ym.) ja hoitava ravinto. Oppimistapana alustukset ja ennen kaikkea käytännön pari- ja yksilöharjoitukset. Lue www.alvari.com.

Ilmoittaudu pian, sillä otamme vain 6-10 ensimmäistä: vuokko@alvari.com. 050 555 4442. Maksu kurssikohtaisesti 260,00 + alv. 24% (62,40) yht. 322,40 sis. alv. 24% Kerralla koko TFH 1-4 -koulutuksen maksu: saat 20% alennuksen. Kysy lisää! Tarkka kuvallinen käsikirja tukkuhinnalla, kattaa kurssit TFH 1-2, 40,00. Sisältää kansainvälisen todistuksen, pienryhmäopetuksen, neuvontaa väliaikoinakin. Liikunta-, kulttuuri- ym. setelit käyvät. Kertaajat -50% perushinnasta. Ruokapaketti 10,-/pv. Syventävät ja laajentavat kurssit TFH2-4. Vapaaksi stressistä 1-4 ja Biokineettiset rentoutukset -kurssi sovitaan yhdessä.

Ti 11.3. klo 18 Ayurveda-konsultointia WedaPulse-laitteella LUENTO, Kalevi Lehtonen

Vapaa pääsy.

Ke 12.3. Kalevi Lehtosen YKSITYISVASTAANOTTO.

Ajanvaraukset p. 040 7574243

La-su 15.-16.3. klo 12-17 WERBECK-LAULUKURSSI, Markku Lulli-Seppälä

Lauluäänien vapauttaminen tie. Harjoitellaan äänenmuodostusta Valborg Werbeck-Svärdströmin kehittämällä menetelmällä. Kun ääntä ei ”tehdä” tai pakoteta, vaan poistetaan esteet sen syntymiselle, saadaan aikaan kokemus soivasta tilasta ja laulaminen käy helpoksi, kauniiksi ja ääntä rasittamattomaksi. Sopii vasta-alkajille sekä laulamista harrastaneille. Ammatillajakin löytäneet laulamiselle uuden suunnan ja uusia virikkeitä.

Hinta 60 €, sis ruokailut. Tied. ja ilmoit. p. 044 5929324.

Pe 21.3. klo 18-19.30 MEDITAATIOILTA, Cosmic Johanna

Chakra-meditaatio ja sisäinen matka, teemana sisäinen feminiininen

Oviraha 10€/8e (opiskelijat, eläkeläiset) sis. yrttiteen. Ilmoittautumiset: info@cosmicjohanna.com Myös henkilökohtaisia hoitoja! www.cosmicjohanna.com

La 22.3. klo 11-17 Kirjoituskurssi, Cosmic Johanna

Luovan kirjoittamisen kurssilla teemme kirjoitusharjoituksia ja harjoittelemme kanavoitinta. Saat eväitä päiväkirjojen, omaelämäkertojen, runojen, novellien ja romaaniin kirjoittamiseen. Ovit mm. novellin rungon rakentamisen.

Hinta: 69€/49e(opiskelijat/eläkeläiset) sis. lounaan sekä kahvin/teen. Ilmoittautumiset ja kyselyt: info@cosmicjohanna.com. Lisäinfo: www.cosmicjohanna.com

Su 23.3. klo 15 Nauseuden sointi -MUSIIKKITAPAHTUMA

Katso takasivu.

Ti 25.3. klo 18 JOUKKOPARANNUSTILAISUUS, Kateriina Kavén

Oviraha 10 €

Ti 25.3. klo 18.30 Argi+ ja Aloevera -ESITTELY, Juha Vartiainen

Tule kuuntelemaan, miten Argi+ saa sydämesi, verisuonesi ja koko kehosi virkistymään ja piristymään ja voimaan paremmin, miten Argi+-n avulla saatat saada apua vanhenemiseen liittyviin oireisiin.

Ei pääsymaksua. Ilmoittautuminen Juha Vartiainen p. 040 9002533 tai Ulla Oksanen p. 044 5929324

HUHTIKUU

La-su 5.-6.4. la klo 10-17, su klo 10-16 Esko Jalkanen - Luonnonvoimat ry:n ERIKOISKURSSI, Tiina Lindholm, THM

Kaikille luonnon salaisista voimista ja niiden käytöstä kiinnostuneille herkille, henkisen polun kulkijoille, jotka haluavat päästä nopeasti mukaan aktiiviseen auttamistoihintaan. Kurssilla mennään siten suoraan keskeisiin henkisiin rasitteisiin ja erikoisaiheisiin, mutta samalla päästään myös toden teolla jo heti toimintaan, vaikka mitään aikaisempaa koulutusta ei asioihin olisiakaan.

Kurssille ilmoittautuminen, tilaisuuden hinta ja maksutapa: VAIHTOEHTO 1: Kurssille ilmoittaudutaan ostamalla kurssi (99 euroa jäsenille, muulle 119 euroa), viimeistään kolme päivää ennen kurssin alkua, yhteistyökumppanimme Goodset Oy:n nettikaupasta, jonne pääsee yhdistyksen kotisivuilta www.eskojalkanen.net kohdasta ”Nettikauppa”. Nettikaupassa voi maksaa kurssin pankkikortilla, luottokortilla tai 9 euron kuukausittaisella osamaksulla. VAIHTOEHTO 2: Kurssille voi ilmoittautua sähköpostitse osoitteella goodsetoy@gmail.com tai puhelimitse 040-356 50 72 tai 040 356 50 71. Lisäksi sähköpostitse tai puhelimitse tehtyihin ilmoittautuksiin, joihin tarvitaan koko henkilötunnus, lisätään 5 euron laskutuslisä

johtuen rahoitusyhtiön kuluista. Kun kurssimaksu on em. tavalla kotiin tulella laskulla maksettu, on kurssipaikka tällä toimella vahvistunut. Ilmoittautumalla hyväksyt yleiset kurssiehdot, jotka löydät kotisivuilta. Jäseneksi voi liittyä ennen kurssin alkua yhdistyksen kotisivujen kautta osoitteessa www.eskojalkanen.net.

Lounas- ja kahvitaot: Koska tilaisuuttamme varten avataan muuten viikonloppuisin suljettuna oleva alakerran Kahvila Navetta, ja palvelujen saamisen ehtona on minimihenkilömäärä, on kaikille kurssille tulijoille tilattu etukäteen molemmiksi päiviksi lounaat ja iltapäiväkahvit. Päiväkohtaiset lounaskulut ovat siten 9,5 euroa ja iltapäiväkahvi tai - tee pullan kera 5 euroa. Ota Kuntouttajan käsikirja ja mahdollinen oma varpuusi tai heilurisi mukaan! Erikoiskurssin hintaan kuuluvat myös paikan päällä saatavat varpuvälineet. Tuotemyyntiä tauoilla. Kurssin peruuntuminen: ota yhteys: goodsetoy@gmail.com tai 040- 356 50 72 tai 040-356 50 71.

Ke 9.4. NEPALILAINEN ÄÄNIMALJARENTOUTUS, Hanna-Riikka Salmi

Ilmoit. p. 044 7833888 sekä maksu 15 € Turun Henkisen Kehityksen Yhdistyksen tilille nro FI93 8000 1379 3435 52 viimeistään 31.3.

Pe-la-su 11.-13.4., pe klo 17 – su klo 16 (15 tuntia) TIETOISEN AISTIMISEN KURSSI, Anna Sala

Kutsumme sinut tutkimaan nykyhetkeä yksinkertaisten aistimisharjoitusten avulla, jotta voisit olla siinä vahvemmin läsnä. Hengityksen, liikkeiden, tasapainon ja kosketuksen kautta voimme mennä syvemmälle aistimuksiimme ja kokemuksiimme - kuinka voimme olla tietoisia todellisuudesta tässä ja nyt - ja kuinka avata itseämme jakamiselle muiden kanssa. Kurssi perustuu tietoisensaistimisen menetelmään (Sensory Awareness), joka on ohjattu polku tiedostamaan syvemmmin sitä, mikä virtaa meihin aistiemme kautta. Työskentely kuljettaa meidät löytöretkelle itseemme ja siihen, mitä teemme, jotta voimme olla yhä enemmän läsnä itsellemme, maailmalle ja toisille. Kurssi on suunnattu kaikille kiinnostuneille, eikä aiempi kokemus tietoisensaistimisen menetelmästä ole tarpeen. Opetuskieli on englanti, tulkkauksueksi tarvittaessa.

Tietoisensaistimisen kokemukselliset menetelmät kutsuvat meitä herättelemään kykyämme: • oppia kokemuksen kautta • olla enemmän yhteydessä hengitykseen ja tulla rentoutuneemmaksi • huomata esteet tai jännitykset, joita meillä on tapana luoda tietoisesti tai tiedostamattamme • löytää luonnollinen tasapainomme ja antaa luoja tarpeellisten muutosten tapahtumiselle • kehittää herkkyyttämme ja luovuuttamme • löytää yhteys luontoon ja integroida tämä työskentely jokapäiväiseen elämäämme.

KURSSIN HINTA: 135 € + mahdolliset ruokailu/majoituskulut. ILMOTTAUTUMISET: Paula Vuorinen p. 044-5846414, vuorinenpaula@gmail.com. Sitovat ilmoittautumiset viimeistään 28.3.2014 mennessä. Kurssi järjestetään jos kurssille tulee vähintään 8 osallistujaa (max. 16). Vapaita paikkoja kurssille voit kysyä myös ilmoittautumisen päätyttyä. Jos hinta on esteenä, voi ohjajan kanssa neuvotella kurssihinnasta. Kerro ilmoittautuessasi yhteystietosi. Perustusehdot: Jos perut kurssin viimeisen ilmoittautumispäivän jälkeen, perimme puolet kurssimaksusta. Jos perut 1-7 pv. ennen kurssin alkamista tai et peru lainkaan, veloitamme koko kurssimaksun. Sairaustodistuksen esittäneillä emme veloita kurssimaksua tai sen osaa. Jos halua tilata ruokailuja tai majoitusta tiedustelee niistä Konsan Kartanosta (p. 044 5929324, info@konsankartano.fi, www.konsankartano.fi). Mainitse myös mahdolliset ruoka-ainerajoitteesi. Huom! Majoituspaikkoja on rajoitetusti!

KURSSIN OHJAAJASTA: Anna Sala on kasvatustieteen maisteri (Universitat Autònoma de Barcelona, 1979) ja on auktorisoitu ”Gimnastique Holistique Methode” eli holistisen liikuntametodin harjoittaja (Dr. Ehrenfried, Paris 1994). Hän on myös Tietoisensaistimisen (Sensory Awareness) sertifioitu opettaja (Itävalta 2011). Vuodesta 1991 Anna on opiskellut tohtori Krista Sattlerin (Itävalta), Lee Kinderlin (USA), Stefan Laeng-Gillart (USA) ja Gloria Lerin (Espanja) ohjauksessa. Anna on ohjannut holistisen liikunnan (Gimnastique Holistique) ja tietoisensaistimisen (Sensory Awareness) kursseja Espanjassa, Ranskassa, Norjassa, Suomessa ja Tanskassa.

Lue s. 8-9.

Ti 22.4. klo 18.30 Argi+ ja Aloevera -ESITTELY, Juha Vartiainen

Tule kuuntelemaan, miten Argi+ saa sydämesi, verisuonesi ja koko kehosi virkistymään ja piristymään ja voimaan paremmin, miten Argi+-n avulla saatat saada apua vanhenemiseen liittyviin oireisiin. Ei pääsymaksua. Ilmoittautuminen Juha Vartiainen p. 040 9002533 tai Ulla Oksanen p. 044 5929324

Pe 25.4. klo 18-19.30 MEDITAATIOILTA, Cosmic Johanna

Chakrameditaatio ja sisäinen matka, teemana aikaisemmat elämät ja sielun muistikuvia. Oviraha 10€/8e (opiskelijat, eläkeläiset) sis. yrttiteen. Ilmoittautumiset: info@cosmicjohanna.com. Myös henkilökohtaisia hoitoja! www.cosmicjohanna.com

La-su 26.-27.4. klo 10-18

REIKI I-kurssi, Cosmic Johanna, Reiki Master v.2010

Usui Shiki Ryoho -systeemin mukaan. Ovit tekemään energiahoitoja sekä itsellesi että muille. Kurssin aikana saat myös opastusta tulkita energiaita ja aurakenttää sekä chakroja. Hint: 160€/140e (opiskelijat ja eläkeläiset), sis. lounaat, teen, manuaalin, diplomin. Ilmoittautumiset e-postitse: Myös henkilökohtaisia hoitoja! info@cosmicjohanna.com. Lisätietoja: www.cosmicjohanna.com

Ti 29.4. klo 18 JOUKKOPARANNUSTILAISUUS, Kateriina Kavén

Oviraha 10 €

TOUKOKUU

Pe-la 9.-10.5. pe klo 18-21, la klo 9-15 SHAMAANIRUMUNTEKOKURSSI, Markku Backman ja Marleena Karlsson

Rumpukalvojen kiinnitys, rumpukapulan valmistus, rumpumatkoja, symboliikka, harjoittelua ym. Hint 150 € / hlo sisältää materiaalin ja opetuksen.

Lisätiedot ja sitovat ilmoittautumiset 31.3. mennessä numeroon 044 783 3888 ja maksu myös 31.3. mennessä Turun Henkisen Kehityksen Yhdistys ry:n tilille Danske Bank FI93 8000 1379 3435 52.

Ti 20.5. klo 18 JOUKKOPARANNUSTILAISUUS, Kateriina Kavén

Oviraha 10 €

Ke 21.5. klo 18 Kesäatenterinäytelmän SUUTARIN TYTTÄREN PIHALLA ensi-ilta. Katso s. 2.

Pe 23.5. klo 18.30 MEDITAATIOILTA, Cosmic Johanna

Chakrameditaatio ja sisäinen matka, teemana sinun suojeleminen. Oviraha 10€/8e (opiskelijat, eläkeläiset) sis. yrttiteen. Ilmoittautumiset: info@cosmicjohanna.com. Myös henkilökohtaisia hoitoja! www.cosmicjohanna.com

La 24.5. klo 10-18 REIKI II -kurssi, Cosmic Johanna, Reiki master v. 2010

Syventävä jatkokurssi jossa opit kaukohoitoja ja kanavoitinta. Hint: 270€/250e sis. manuaalin ja diplomin, lounaan ja kahvin/teen (Alempi hinta opiskelijoille ja eläkeläisille!) Ilmoittautumiset e-postitse: Myös henkilökohtaisia hoitoja! info@cosmicjohanna.com. Lisätietoja: www.cosmicjohanna.com

Su 25.5. klo 12-18 KYLVÖJUHLAT

Pihatapahtumassa laulua, soittoa, tanssia. Päärakennuksen salissa Cosmic Johanna ilmainen luento ”Sisäinen feminiininen ja maskuliininen”. Myyntitorilla maan antimia ja käden tuotteita. Pöydät 20 € (varaa ajoissa p. 044 5929324). Puhveteissa hernekeittoa, konsapurilaisia ym. herkkuja. Katso www.konsankartano.net.

KESÄKUU

Pe-la 6.-7.6. JA pe-la 13.-14.6. = yhteensä 4 pv. La-su klo 9–17.30 tai yhteisen sopimuksen mukaan AIVOJUMPPA BRAIN GYM® -OPPIMISKINESIOLOGIAN KURSSI, Vuokko Alvari

Aivojumppa Brain Gym® on oppimiskinesiologian virallinen, kansainvälinen ja tärkein kurssi. Kaikki ja kaikenikäiset vauvasta vaariin hyötyvät näistä tasapainotuksista. Ei ennakkovaatimuksia! Kurssista on suurta hyötyä opettajille, sosiaali- ja terveydenhuollon alalla työskenteleville, terapeutteille, kouluttajille, ohjaajille, valmentajille ja vanhemmille tai muille huoltajille. Myös kaikille, jotka haluavat kehittää omaa oppimistaan ja hyvinvointiaan. Koulutus on kansainvälisen oppimiskinesiologiajärjestön (Educational Kinesiology Foundation) hyväksymä. Saat kansainvälisen todistuksen. Ovit liikkeitä, hoitopisteitä ja tasapainotuskaavoja, jotka tasapainottavat aivojen ja kehon eri osien yhteistoimintaa. Aivojumppa rauhoittaa ja rentouttaa, tehostaa oppimista, kehittää koordinaatiota, auttaa keskittymään, kehittää itseluottamusta, parantaa tasapainoa, lievittää stressiä sekä parantaa terveyttä ja hyvinvointia muutoinkin. Tehdään arkivaatteissa seisten ja istuen. Virallinen kv. 4-päiväinen kurssi ja kv. todistus. Eräpäivä sopimuksen mukaan. 550,00 + alv 24% (132,00) = 682,00. Kurssi-/käsikirjat tukkuhintaan: Aivojumppa-opas (45,00) ja Brain Gym-kurssikirja (45,00) yhteensä 90,00, sis. alv 10%. ILMOTTAUTUMISET JA LISÄTIEDOT 050 555 4442 / Vuokko, vuokko@alvari.com, www.alvari.com Tervetuloa oppimaan ja iloitsemaan oppimastasi! Voit myös syventää osaamistasi Touch for Health -terveyskinesiologian kursseilla ja sen jatkokursseilla (Katso TFH1 8.-9.3.2014). Lue aivojumppa-artikkeli www.sateenkaarisanomat.net

Ma 16.6. klo 18 Aurinkokuoron kesäjuhla SYDÄNSUVEN AURINKO

Tutustumista Werbeck-lauluun (katso kurssi 15.–16.3.), Aurinkokuoro, yhteislaulua.

Pääsymaksu 7 €, sis.makoisan tarjoilun.

UUTUUS! Lapin Luonnonyrteiltä!
Golden Root
RUUSUJUURIJAUHETABLETTI 500mg
Rosenrottablett • Rhodiola rosea
Ravintolisä • Kostittilskot
valmistetaan SUOMEN LAPPISSA VIJELLYSTÄ kuivatusta ruusujuuresta
VAHVA
Tehokas ja monipuolinen apu arjen haasteisiin!
• lisää fyysisistä ja psyykkistä kestävyttä
• edistää palautumaa fyysisestä rasituksesta
• vaikuttaa huomiokykyyn ja mielialaan
• torjuu stressiä
• kasviantioksidantti solujen suojaaksi
VIRKISTÄVÄ VAIKUTUS
MAITI ARJESSA ARKISEN AURINGON VOIMASTA!



Konsan Kartano tarjoaa edullista majoitusta 130-vuotiaassa maatalossa



Turun Luontaishoitola Tule rentoutumaan tai virkistymään tai saamaan apua, kun terveys horjuu.