

HYVÄN MIELEN KESÄ

Hyvän mielen kesä -tapahtumaviikkoa vietetään 26.6.–1.7.2006. Tapahtumassa on mahdollisuus päivittäin teemoiltaan vaihtuvissa työpajoissa saada uusia kokemuksia ja/tai kehittää jo olemassa olevia taitoja liikunnan, kirjoittamisen ja taiteen maailmoista sekä syventää omien uniensa ymmärtämistä. Ilmoittautumiset työpajoihin 16.6.2006 mennessä. Tarkemmat ohjeet jäsenpostin liitteenä olevassa ilmoittautumislomakkeessa.

1. Liiku ja voi hyvin / seikkailukouluttaja Esa Salonen

27.06.2006

Liikunta- ja seikkailutyöpaja, joka sopii kaikenkuntoisille. Tavoitteena on kokea liikunnan riemua ja saada uusia kokemuksia liikunnan parissa. Ohjelmassa on frisbee-golfia (ultimate) ja melontaa.

- klo 12–14 Frisbee -golf (ultimate). Enintään 16 osallistujaa. Hinta 3 € / 5 €
- klo 16–18 Melonta. Enintään 20 osallistujaa. Hinta 3 € / 5 €.

2. Pöytälaatikot auki / kirjoittaja Sari Mäki-Penttilä

28.6.2006 klo 13.00–16.00

Nyt pöytälaatikot auki ja tekstien kanssa esille, samalla voi tuulettaa myös ajatustensa pöytälaatikkoja, ja etsiä uusia ideoita omaan kirjoittamiseen. Pöytälaatikot auki on kirjoittajapaja, joka on tarkoitettu kirjoittamista harrastaville ja/tai kirjoittamisesta kiinnostuneille henkilöille. Pajassa tehdään erilaisia kirjoittamisharjoituksia, joiden kautta on mahdollisuus kokeilla kirjoittamisen eri muotoja ja etsiä kirjoittamiseensa uusia aiheita. Lisäksi pajassa on mahdollisuus tuoda esille jo kirjoittamiaan tekstejä ja saada palautetta. Pajaan mahtuu 12 henkilöä. Hinta 3 € / 5 €.

3. Taiteilua luonnosta / taiteilija Pia Bergström

29.6.2006 klo 12.00–15.00

Työpajassa käytetään sekatekniikkaa ja luonnonmateriaalia. Mukaan mahtuu enintään 10 osallistujaa. Hinta 3 € / 5 €.

4. “Unien tulkinnasta unien ymmärtämiseen” / psykiatrin erikoislääkäri Markku Siivola

30.6.2006 klo 17.30 – 19.00

KAIKILLE AVOIN YLEISÖLUENTO.

Luentosali Vilja (3. krs)

Hyvän mielen talo ry.

Puusepäkatu 4, Oulu

5. Uniseminaari/uniryhmätyönohjaaja / psykiatrin erikoislääkäri Markku Siivola

30.6.2006 klo 13.00–16.00 Uniryhmä. Hinta 40 € / 80 €

1.7.2006 klo 09.00–12.00 Uniryhmä. Hinta 40 € / 80 €

Uniseminaarissa on mahdollista saada kokemus monikerroksellisen ja ainutkertaisia vivahteita sisältävän unen ymmärtämisestä ja työstämisestä ryhmässä. Unia on mahdollista myös ei-ammattilaisten elävästi ymmärtää ilman unisanakirjoja ja unienselitysjärjestelmiä.

