

# POHJOIS-KARJALAN HENKINEN YHDISTYS RY

## *Kevään 2012 ohjelma*



Hyvät yhdistyksemme jäsenet, vuosi on vaihtumassa.

Kevään 2012 tapahtumat on koottu tähän ohjelmaan aika-järjestykseen alkaen tammikuusta. Lisäksi ohjelma on nähtävissä yhdistyksen internetsivuilla, joissa ilmoitetaan myös mahdollisista muutoksista. Seuraa myös Karjalan Heilin järjestöpalstaa, missä yhdistys tiedottaa tapahtumista.

Tapahtumiin ilmoittaudutaan maksamalla ohjelmassa ilmoitettu maksu vähintään viikkoa ennen tapahtuman alkua yhdistyksen pankkitilille FI89 5770 0540 1311 97 (Osuuspankki), ellei ohjelmassa ole muuta mainittu.

Käytössä on pääosin kaksoishinnoittelu jäsen /ei jäsen. Maksu on sitova ilmoittautuminen. Jos tapahtumia joudutaan perumaan ennakoitua pienemmän kiinnostuksen vuoksi, niin maksettu maksu palautetaan. Maksusta voi pyytää hallitukselta huojenusta kirjallisesti alentuneen maksukyvyyn vuoksi.

Tapahtumien hinnoittelulla pyritään kattamaan niistä aiheutuneet kulut, joihin olennaisesti vaikuttaa vierailevan asiantuntijan palkkio sekä matka-, majoitus- ja ateriakulut. Yhdistyksen vuosijäsenmaksulla katetaan ohjelmakulujen lisäksi yhdistyksen yleiskuluja kuten jäsentiedotusta, nettisivuja, vuokria, laitehankintoja ja hallituksen kulukorvauksia.

Yhdistyksen vuosijäsenmaksu on 20 euroa, opiskelijoille 10 euroa. Jäsenmaksu maksetaan yhdistyksen pankkitilille FI89 5770 0540 1311 97 (Osuuspankki) tammikuun 2012 aikana. Tämän ohjelman mukana on pankkisiirtolomake, jonka viitenumeroa pitää ehdottomasti käyttää kirjanpidollisista syistä kun maksat jäsenmaksua.

Yhdistyksen verkkosivuilla on ohjelman lisäksi ajankohtaista tietoa yhdistyksen ja muiden rajatiedon toimijoiden tapahtumista Joensuussa. Yhdistys tiedottaa myös jäsenkirjeellä ja sähköpostilla - muistathan ilmoittaa yhteystietojesi ja/tai sähköpostiosoitteesi muutoksesta. Jos teet muutosilmoituksen yhdistyksen puhelimeen, tee se mieluiten tekstiviestillä.

*Tervetuloa kevään tapahtumiin!*

Hallitus

### **Yhdistyksen yhteystiedot:**

internet  
sähköposti  
puhelin  
pankkitili

www.henkinenkeskus.com  
yhdistysinfoaa@gmail.com  
044 500 3685  
FI 89 5770 0540 1311 97

## TAMMIKUU

### 10.1. ti klo 18-20 ASAHI-TERVEYSLIIKUNTA/ Lea Kainulainen

ASAHI sopii kaikenikäisille ja kaikenkuntoisille. Liikkeet ovat hitaita ja pehmeitä seura-  
ten hengityksen rytmiä. Tehtaessä liikkeitä kuunnellaan omaa kehoa rikkomatta sen  
rajoja. ASAHI on japanin kieltä ja tarkoittaa auringonnousua. Ota mukaan väljät,  
joustavat ja mukavat asusteet sekä sisätossut. Tervetuloa nauttimaan liikkeistä ja  
liikkumisesta!

Ryhmä kokoontuu tiistaisin: 10.1., 17.1., 24.1. ja 31.1. klo 18-20.

Maksu: Kevätkausi 12€/ 20€ yhdistyksen tilille

Paikka: Kansalaistalo, Torikatu 30

### 12.1. to klo 18-20 ASTROLOGIAN JATKOKURSSI / Leena Hirvonen

Kaksi kertaa kerrataan se mikä on opittu peruskurssilla (peruskartta). Ajattele etukä-  
teen mitä kysyttävää jäi peruskurssista. Katsotaan astrologiasivuja ja tutustutaan kar-  
tan tekemiseen internetissä. Opetellaan katsomaan kartasta transiitteja.

Ryhmä kokoontuu torstaisin: 12.1., 2.2., 9.2., 1.3. ja 22.3. klo 18-20.

Maksu: Kevätkausi 25€/ 35€ yhdistyksen tilille

Paikka: Kansalaistalo, Torikatu 30

## HELMIKUU

### 2.2. to klo 18-20 ASTROLOGIAN JATKOKURSSI / Leena Hirvonen

### 7.2. ti klo 18-20 KEHITYSPIIRI / Arja Muuttoranta

Viime syksynä alkanut kehityspiiri jatkaa omana ryhmänään. Kehityspiirissä etsitään  
omia piileviä henkisiä kykyjä tekemällä mm. herkkyysharjoituksia.

Ryhmä kokoontuu tiistaisin: 7.2., 21.2., 6.3., 3.4. ja 3.5. klo 18-20. Huom. to 3.5.!

Maksu: Kevätkausi 12€/ 20€ yhdistyksen tilille

Paikka: Kansalaistalo, Torikatu 30

### 9.2. to klo 18-20 ASTROLOGIAN JATKOKURSSI / Leena Hirvonen

### 21.2 .ti klo 18-20 KEHITYSPIIRI / Arja Muuttoranta

### 23.2. to klo 18-20 TUNNEKARTAT/ Psykologi Juha Siira

Luennolla tehdään tunnekarttoja. Kevään kuluessa on mahdollisuus kokoontua Juha  
Siiran johdolla opettelemaan tunnekarttojen tekoa.

### ELÄTKÖ MIELEN VANKILASSA VAI VAPAUDESSA

Tunnekartta on pyrkimys jäsentää tunteiden, ajatusten ja käyttäytymisten välisiä yh-  
teyksiä. Tunteita ylöskirjaamalla voidaan hahmottaa se, millaisia tunteita useimmiten  
koemme, kuinka usein ja miten pitkäkestoinen kukin tunne on. Lisäksi tunteiden kir-  
jaamisen avulla voi hahmottaa sitä, onko tunne nk. nopea vai hidas tunne.

Mielen vankilalla tarkoitetaan tilanteita, joissa negatiivisia tunteita on enemmän kuin  
positiivisia, negatiivisissa tunteissa vietetty aika on pitkä ja negatiivisista tunteista on

vaikea päästä pois. Usein negatiivisiin tunteisiin myös päädytään nopeasti, jopa silmänräpäyksessä. Mielen vankilassa tunteiden keskinäiset yhteydet ovat usein ongelmallisia. Negatiiviset tunteet muodostavat yhteyksiä, joihin päädyttyään nopeasti ja niistä on vaikea päästä pois niiden muodostaessa polkuja toistensa välille. Näiden seurauksena polut saavat aikaan tunneloukkuja ja tunnejumittumia vaikeuttaen liikkumista tunteesta toiseen.

Mielen vapaus tarkoittaa vapaampaa liikkumista tunteesta toiseen. Myönteisten tunteiden määrä on negatiivisia suurempi, myönteisiin tunteisiin on helppo päätyä ja niissä vietetty aika on pitkä. Jos negatiiviseen tunteeseen päädytään, siitä pääsee helposti pois. Lisäksi liikkuminen tunteiden välillä on helppoa ja joustavaa.

Maksu paikan päällä: 10€

Paikka: ISLO, Luentosali 2, Kalevankatu 8, Joensuu

Lisätietoja: Yhdistys p. 044 5003685/ Lea Leinonen

## **25.2. la klo 10-15 TUIKUT/ Anita, Mari, Tuija ja Arja**

Tuikut-päivä tarjoaa jokaiselle osallistujalle eväitä omaan henkilökohtaiseen kasvuun. Tarjolla on tarot-tulkintaa, selvännäköä, unien tulkintaa kunkin henkilökohtaisen tarpeen mukaan. Olet lämpimästi tervetullut kokemaan Tuikku-energioita!

Maksu paikan päällä: 15€/ 25€

Paikka: Kansalaistalo, Torikatu 30

Lisätietoja: Arja Muuttoranta p. 045 1259933

## **28.2. ti klo 17-20 LUOVA TYÖPAJA: KOLLAASI / Anita Kortelainen**

"Saksi ja liima" -menetelmä. Tee unelmasi näkyväksi kollaasin kautta, sano se mitä muuten ei voi ilmaista. Mitä sinä näet? Kollaasin kautta kaikki tärkeä saa muodon. Ota mukaan omat sakset, muu tarvittava materiaali on.

Maksu paikan päällä: 5€/ 10€

Paikka: Kansalaistalo, Torikatu 30

Lisätietoja: [anita.korte@gmail.com](mailto:anita.korte@gmail.com) tai p. 040 7345409 tekstiviestillä

# **MAALISKUU**

## **1.3. to klo 18-20 ASTROLOGIAN JATKOKURSSI / Leena Hirvonen**

## **6.3. ti klo 18-20 KEHITYSPIIRI / Arja Muuttoranta**

## **13.3 ti klo 18-20 EENOKIN AVAIMET/ Arja Muuttoranta**

Suomessakin usein vierailnut, maailmankuulu esoteerikko J.J. Hurtak on kirjoittanut kirjasarjan, Eenokin Avaimet. Tiedon Kirja eli Eenokin Avaimet on seitsemällä tasolla annettu Opetus, jonka lukeminen ja visualisointi valmistaa ihmistä Valon Veljeskunnan tuloon ja joka on välitetty "Valon Kansan" virvoittamiseksi. Eenokin Avaimiin liittyy myös avaruudellinen kulkuvälineemme, Merkaba (suom. Valokeho). Katso internetistä lisätietoa hakusanoilla Hurtak, Merkaba, Eenokin Avaimet.

Luento- ja keskustelutilaisuuteen osallistuvat voivat miettiä, haluavatko he muodostaa Eenokin Avaimet-opintoryhmän syksyllä. Teemme Merkaba-meditoinnin luennolla.

Maksu paikan päällä: 3€/ 5€

Paikka: Kansalaistalo, Torikatu 30

Lisätietoja: Arja Muuttoranta p. 045 1259933

### **22.3. to klo 18-20 ASTROLOGIAN JATKOKURSSI / Leena Hirvonen**

### **25.3 su klo 12-13 KEVÄTKOKOUS/ Hallitus**

Kevätkokouksessa käsitellään yhdistyksen sääntömääräiset asiat.

Tervetuloa kokoukseen!

Paikka: ISLO, Luentosali 2, Kalevankatu 8, Joensuu

### **25.3. su klo 13.20-15 MEEDIOTILAISUUS/ Ulla Nuutinen**

Ulla Nuutinen on lahtelainen meedio, joka on suorittanut Suomen Spiritualistisen Seuran koulutuksen. Hän tuo henkimaailmasta viestejä, jotka tukevat viestinsaaajan henkistä kasvua ja selviämistä arjessa.

Maksu paikan päällä: 10€/ 15 €

Paikka: ISLO, Luentosali 2, Kalevankatu 8, Joensuu

Jäsenistölle tarkoitettuja meedion yksityisaikoja voit varata soittamalla yhdistyksen puhelimeen 044 5003685 tiistaista 13.3. klo 11 lähtien. Yksityisaikoja on tarjolla perjantaille 23.3. klo 18 alkaen ja lauantaille 24.3. klo 10 alkaen. Maksu paikan päällä 35 €/ puoli tuntia.

### **27.3. ti klo 17-20 LUOVA TYÖPAJA: KUVA/ Anita Kortelainen**

Tekeminen - Katsominen/näkeminen – Jakaminen

Etenemme ryhmätyöskentelyn kautta yksilötyöskentelyyn, siihen mitä sinä näet? Lopputulosta ei voi tietää ennakoon, mutta jokainen tehty kuva haluaa tulla nähdyksi.

Maksu paikan päällä: 5€/ 10€

Paikka: Kansalaistalo, Torikatu 30

Lisätietoja: [anita.korte@gmail.com](mailto:anita.korte@gmail.com) tai p.040 7345409 tekstiviestillä

## **HUHTIKUU**

### **3.4. ti klo 18-20 KEHITYSPIIRI / Arja Muuttoranta**

### **17.4. ti klo 18-20 SANA – KIRJOITTAMISEN TYÖPAJA/ Anita Kortelainen**

Tule kokemaan kirjoittamisen ilo, ilmaisemaan sanoilla omaa todellisuuttasi ja jakamaan juuri tässä illassa kirjoittamasi teksti. Keskustelemme toistemme teksteistä ja kirjoittamisen kokemuksesta/tunteista.

Maksu paikan päällä: 5€/ 10 €

Paikka: Kansalaistalo, Torikatu 30

Lisätietoja: [anita.korte@gmail.com](mailto:anita.korte@gmail.com) tai p. 040 7345409 tekstiviestillä

### **22.4. su klo 12-15 SELVÄNÄKÖTILAISUUS/ Tuija Kinnunen**

Tule saamaan ryhmässä viestejä, jotka Tuija sinulle välittää. Ilmoittautuminen tapahtuu yhdistyksen kännykkään p. 044 500 3685 tekstiviestillä tiistaina 17.4. klo 11 lähtien. Tekstiviestissä ilmoitetaan oma nimi ja kännykännumero. 15 ensimmäiseksi ilmoittautunutta mahtuvat mukaan.

Maksu paikan päällä: 8 €/ 10 €

Paikka: Kansalaistalo, Torikatu 30

#### **24.4. ti klo 18-20 ILOITAA YHDESSÄ KOKEMUKSISTA / Riia Tuunanen**

Tule jakamaan henkimaailman kokemuksia jutustelun ja yhdessäolon vahvistamana. Annetaan lahja toinen toisillemme. Vahvistetaan uskoa omien kokemusten kautta ja kaessamme niitä toinen toisillemme. Vapaamuotoista keskustelua avoimin mielin.

Maksu paikan päällä: 3€/ 5€

Paikka: Kansalaistalo, Torikatu 30

## **TOUKOKUU**

#### **3.5. to klo 18-20 KEHITYSPIIRI / Arja Muuttoranta**

#### **9.5. ke klo 18-20 KASVIEN TUNNISTAMISTA/ Lea Leinonen**

Ensin tutustumme kerättäviin yrtteihin ja niiden säilyttämiskeinoihin sekä keskustelomme luonnon energioista. Jos sinulla on oma kasvikirja ja varpu, ota ne mukaan jo ensimmäiseen tapaamiseen. Samalla varmistuu myös paikka, josta lähdemme keräämään yrttejä 25.5.

Maksu paikan päällä: 5 €/ 10 €

Paikka: Kansalaistalo, Torikatu 30

#### **20.5. su (tai sateen sattuessa su 27.5.) TOUKOKUUN YRTIT- RETKI / Lea Leinonen**

Yrttiretkelle tarvittavat luontoon sopivan asun (Muista punkit!) ja ilmavan korin yrteille sekä ehkä saksat, kuin myös evästä.

Jos haluat osallistua pelkästään yrttiretkeen, et tunnistamisiltaan, ilmoitathan yhdistykselle nimesi ja puhelinnumerosi p. 044 500 3685 tai [yhdistysinfoaa@gmail.com](mailto:yhdistysinfoaa@gmail.com)

Matkakulut: kimppakyyditys

Lisätietoja : Yhdistys p. 044 5003685

#### **LUOVUUS ESIIN MAALATEN JA INPROVISOIDEN/ Riia Tuunanen**

Tule kokemaan rohkeasti päivä, jossa tehdään yhdessä erilaisia harjoituksia. Annetaan itsellemme lupa vähän heittäytyä ja iloita luovuuden mahdollisuuksista. Avoin mieli ja asenne riittää. Omat eväät mukaan.

Ajankohta ilmoitetaan jäsenistölle myöhemmin sähköpostilla sekä Karjalan Heilin järjestöpalstalla.

Maksu paikan päällä: 15€/ 25€

Paikka: Kansalaistalo, Torikatu 30

Lisätietoja: Yhdistys p.044 5003685

**EDGAR CAYCE - ryhmä** jatkaa keväällä 2012 syksyllä aloitettua Kosmologia-teemaa Edgar Caycen Sielun matka -kirjan pohjalta. Ryhmä määrittelee itse kokoontumisajat ja -paikat. Ryhmä on ilmainen.

Lisätietoja [ilse.saarikivi@gmail.com](mailto:ilse.saarikivi@gmail.com)