

OHJELMA LAUANTAI 10.9.2016

	PIENI SALI	SOPRAANO	MAESTRO	DUETTO 1	DUETTO 2	RIFFI	OPUS 4	SONAATTI I studio	SONAATTI 2 studio
11.00 - 11.40	Katja Frange <i>Intui tiolla - kuuletko sisäisen viisautesi?</i>	Veli-Pekka Joki-Erkkilä <i>Anteeksiantamisen merkitys ihmisen kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille</i>	Karita Aaltonen ja Miia Huitti <i>Uusi Elämä - mielen voima muutoksessa</i>	Avominne/ Marja Kanu <i>Ruoka-aineriippuvuus kemiallisena riippuvutena ja siitä toipuminen</i>	Kaija Pitkäniemi <i>Miten elät linjassa muutosten kanssa?</i>	Therafish Mari Elal ja Esa Keino <i>Voimaa kalastuksesta</i>	Sarvamitra / meditaatio <i>Meditaatiohetket tasatunnein</i>	Tulossa	Mari Lämsä <i>Vapauta sisäinen nauruvoimasi</i>
12.00 - 12.40	Marika Borg <i>Onko oikotietä onneen?</i>	Leena Siitonen ja Anna Rossi <i>Brené Brownin johdolla kohti aitoa ja rohkeaa elämää</i>	Jarkko Rantanen <i>Hyödynnä tunteiden voima</i>	Elviira Krebber <i>Parantava ketogeeninen gluteeniton ja sokeriton ruokavalio</i>	Aleksi Litovaara <i>Mindfulness ja itsensä johtaminen</i>	Terttu Seppänen <i>Ajatusjooga</i>		Piia Mäkinen/Lempi Yoga <i>Slow flow yoga</i>	Merja-Riitta Hämäläinen <i>Luova keho</i>
13.00 - 13.40	Tony Dunderfelt <i>Iloiseksi - Rakkaus ja seksuaalisuus henkisenä kasvuna</i>	Mikko Hietaharju <i>Hallittu sattuma – valokuvaaja kokijana</i>	Aku Kopakkala <i>Voiko itsensä liikkua viisaaksi?</i>	Henna Lehtismäki <i>Anoreksian oteessa</i>	Hanna-Leena Sabelström <i>Enkelit ja uusi aika, muutoksen myrskyä</i>	Harri ja Ilkka Virolainen <i>Workshop:Vapaudu tukahdutetuista tunteista</i>		Ong Namu <i>Kundaliinjooja</i>	Riitta Saarikko <i>Kotona kehossa</i>
14.00 - 14.40	Madventures Riku Rantala ja Tuomas Milonoff <i>Case Madventures: Menestykseen verellä, sisulla ja intui tiolla</i>	Viisaat vuodet -teema 14-18 <i>Ohjelmakokonaisuus vahvistetaan myöhemmin</i>	Mila Boström <i>Minätöntä menoa - matka päästä sydämeen</i>	Pirjo Saarnia <i>Terveellisempiä herkuja ja tulehdusta hillitsevää ruokaa</i>	Mitra Vasara <i>Ihana vanhemmuus, parisuhde ja seksielämä</i>	Ulla Paasikallio <i>Workshop:Taistelun loppu - antautuminen</i>		Ong Namu <i>Sound Healing</i>	Tulossa
15.00 - 15.40	Harri ja Ilkka Virolainen <i>Mielen voima työssä – kohti huippusuorituksia</i>		Jaan-Erik Arnia ja Merja Niemi <i>Mahdollistaja - mille uudelle sinä voisit olla mahdollisuus?</i>	Ira Koivu <i>Vapaaksi viinistä - miten elämä muuttuu kun pistää korkin kiinni?</i>	Tara Lange <i>Joutilas vanhemmuus</i>	Tony Dunderfelt ja Tarja Repo <i>Workshop:Tunteet parisuhteessa</i>		Ong Namu <i>Luento</i>	Tulossa
16.00 - 16.40	Biohakkerit Teemu Arina, Jaakko Halmetoja ja Olli Sovijärvi <i>Päivä tulevaisuudesta: Miten voit lisätä terveyttä ja hyvinvointia biohakkeroinnin avulla</i>		Terhi Friman <i>Tänään on hyvä työpäivä. Miten niin on?</i>	Kalervo Koskela <i>Seitsemän toipumisen kanavaa</i>	Mari Lämsä <i>Avaa itsesi naurulle ja löydä tie elämäniloon</i>	Jari Saarenpää <i>Kehitä vahvuksiasi</i>		Tulossa	Harry Liljeström <i>Om chanting</i>
17.00 - 17.40			Mitra duo						

OHJELMA SUNNUNTAI 11.9.2016

	PIENI SALI	SOPRAANO	MAESTRO	DUETTO 1	DUETTO 2	RIFFI	OPUS 4	SONAATTI 1 studio	SONAATTI 2 studio
11.00 - 11.40	Ilkka Koppelomäki <i>Asiat, jotka olisin halunnut oppia jo koulussa</i>	Tuomas Kytömäki	Miia Huitti <i>Sisu ja muut suomalaiset ajatusmallit stressinaiheuttajina - Miten elää rennommin ja onnellisemmin?</i>	Annamari Ylianttila <i>Leikkivä kirjoittaminen</i>	Merja Takamäki <i>Elämä kaikilla mausteilla</i>	Terttu Seppänen <i>Ajatusjooga</i>	Juha Taivainen <i>Workshop: Kehon sisäisen viisauden ymmärtäminen</i>		Tulossa
12.00 - 12.40	Lorenz Backman <i>Vaikuttava keho - voiko kehon asento vaikuttaa mielen-tilaasi?</i>	Janna Satri <i>Herkkyys ja kiusaaminen</i>	Annika Havaste <i>Pida huolta suolistastasi, niin se pitää huolta sinusta</i>	Leena Pennanen <i>Miten mindfulness-harjoittaminen vaikuttaa arkeesi?</i>	Anne Lindholm-Kärki/Kirsi Virkkunen <i>Unet ja tietoisuuskirjoittaminen - Urbain mystikon henkinen vaellus</i>	Virpi Lehtinen <i>Workshop: Fokusointi kuuluu kaikille</i>		Ong Namu <i>Kundaliinjooga</i>	Tulossa
13.00 - 13.40	Pekka Hyysalo <i>Toinen mahdollisuus</i>	Kai Nieminen <i>Runon päivä</i>	Antti-Juhani Wihuri <i>Mindfulness työssä - Neljä askelta hyvinvointiin ja rentoihin onnistumisiin</i>	Jeremy Qvick <i>Tietoisena tässä ja nyt</i>	JP Jakonen <i>Stressivapaa yrittäjä</i>		Ong Namu <i>Sound Healing</i>	Tulossa	
14.00 - 14.40	Maaret Kallio <i>Lujasti lempeä</i>	Jari Saarenpää <i>Kehitä vahvuksiasi</i>	Heikki Peltola <i>Rohtoja raatajille - tihat tapaa kohota</i>	Satu Rommi <i>Aina matkalla</i>		Annamari Ylianttila <i>Leikkivä kirjoittaminen</i>		Ong Namu <i>Luento</i>	Tulossa
15.00 - 15.40	CoPassion: Anne Birgitta Pessi, Jenni Spännäri ja Lotta Uusitalo-Malmivaara <i>Myötätunnon voima työelämässä</i>	Mika Määttänen <i>Sisäinen Intia (haastattelijana Kati Jelekäinen)</i>	Pauliina Tervo <i>Herkän vatsan kokikoulu - tavoitteena hyvä olo ja terve vatsa</i>		Elina Kauppila <i>Ihana perhe - tietäen vanhemmuus</i>	Ulla Paasikallio <i>Workshop: Taistelun loppu - antautuminen</i>	Juha Taivainen <i>Workshop: Kehon sisäisen viisauden ymmärtäminen</i>	Katja Kivijärvi/Lempi Yoga <i>Yin yoga</i>	Johanna Peurala <i>Slow flow</i>
16.00 - 16.40		Asta Raami <i>Valjasta intuitiosi voima</i>	Johanna Blomqvist <i>Toimiiko energiahoito?</i>	Leena Siitonen ja Anna Rossi <i>Brené Brownin johdolla kahti aitoa ja rohkeaa elämää</i>	Janna Satri <i>Eriysherkkyy - muutakin kuin muutidiagnoosi</i>			Pirjo Salo <i>Katona kehossa</i>	Harry Liljeström <i>Om chanting</i>
17.00 - 17.40		Saara Särnä ja Rosa Meriläinen <i>Kaikki mitä olet ikinä halunnut tietää feminismistä</i>			Michal Shneorin <i>Kabbalan voima - työkaluja, tekniikkaa ja inspiraatiota elämäsi jokaiselle osa-alueelle (in English)</i>				