

## TERVETULOA NAURAVAAN MAAILMAAN

"Anna hymysi muuttaa maailmaa, mutta älä anna maailman muuttaa hymyäsi. Elämän ilo on sitä, että sinulla on aina mitä tehdä, joku jota rakastaa ja jotakin mitä toivoa. Iloitse niin maailma iloitsee kanssasi."

Ohjelmapakettimme ovat syntyneet "tarpeesta", kokemuksen kautta. Teemme myös ohjelman sinulle sopivalla teemalla halutessasi.

Sopii sekä naisille että miehille, lapsille heille suunnitellut ryhmät. Vammaisille, eri sairauksia sairastaville (syöpä, reuma, astma ym).

Tyky - toimintaan

Kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin

Sopeutumisvalmennukseen

Vammaisryhmät

Omaishoitajat

Kuka tahansa voi koota ryhmän, jonka tulemme ohjaamaan.

Ohjelmapakettimme avainlause on "VAPAAUS INNOSTUA ELÄMÄSTÄ"

Se on innostumista elämästä vapaasti ja luovasti. Miten itse läsnäolemalla voimme havainnoida omaa mahtavaa elämäämme. Luomme uutta voimaa elämäntarinaamme. Monenlaisten harjoitusten kautta/avulla saamme uusia toimintamalleja. Asenteeseen vaikutamme myös. Tässä ja nyt hetkessä olemisen voima. Pysähdytään tietoisesti ja otetaan ajasta kiinni. Rentoutuminen kuuluu jokaiseen pakettiin. Vaihtoehtoiset toimintamallit, joita saamme käyttöömmme antavat tilaa elää rauhassa ja vapauttavat energiaa. Innostuminen elämään joka päivä niin kotona kuin työssäkin. Vuorovaikutustaitoihin vaikutamme myös. Teemme kehoa avaavia harjoituksia liikuttamaan asioita kehossamme. Elämän ilon löytäminen arkisiin asioihin ja toimintoihin. Irtipäästämisestä kokeminen sekä kiitollisuuden tuoma hyvinvointi. Valittamisen tilalle välittäminen. Näissä ohjelmapaketeissa itsekukin tekee itsensä kanssa "töitä" ja näin saa heti itselleen hyvinvointia, voimaa, uusia näkökulmia.

"Elämässä kaikella on tarkoituksensa ja asiat/tapahtumat ovat opettamassa meille jotakin.... Näe kaikkialla opettajia."

TERVETULOA NAURAVAAN MAAILMAAN ohjelmien sisällöstä ja toteutuksesta vastaa Lilja Kela

Koulunkäynninohjaaja, Lastenohjaaja, Luovuus itsetuntemuksen ja vv taitojen välineenä hoiva- ja sos alalla ja kouluttaja tehtävissä, NLP-Master Practitioner, Naurujoogaohjaaja, Luovuusterapian asiantuntija 2006-2008©WTK

Teknisenä asiantuntijana Renne Karppinen

Lauluntekijä, muusikko, äänisuunnittelija, musiikin ammattilainen.