

## ELÄVÄÄ VETTÄ JA TERVEYTTÄ -ohjelma. Hyvinvointileiri 10.-14.7.2024, Toivonlinna, Kaarina.

Klo	Keskiviikko 10.7.	Torstai 11.7.	Perjantai 12.7.	Lauantai 13.7.	Sunnuntai 14.7.
6:45–8:30	<i>Tervetuloa leirille!</i>	Omatoimista reippailua	Omatoimista reippailua	Omatoimista reippailua	Omatoimista reippailua
8:30		Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen
9:30		Aamunavaus Liia Kaitainen	Aamunavaus Liia Kaitainen	Vapaata	Aamunavaus Liia Kaitainen
10:00		Alakuloa vai masennusta: syitä ja toipumista Outi Haggren	Saisiko olla enkelicoocktailia? Taneli Pirskanen	Jumalanpalvelus alkaen 10.30. Raamatun tutkiskelu Taneli Pirskanen	Hyvinvointiklinikka Ritva ja Taneli
11:15		Keskustelua aiheesta	Parempaa jakamista: Aivot ja liike Pertti Vehkavuori	Leikitkö varmuuden vuoksi Jumalaa? Fredrik Kozma	Keskustelua, kokemuksia, kysymyksiä
12:30		Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
14:00		Lääkärin ryhmävasta	Lepoa	Lepoa	<i>Turvallista kotimatkaa!</i>
15:00		Tauko	Tauko	Tauko	
15:15		Ryhmät/Aktiviteetit	Ryhmät/Aktiviteetit	Systemaattinen teologia ja terveys	
16:00		Virkisty: Löylyvettä ja altaan syliä	Virkisty: Löylyvettä ja altaan syliä	Virkisty: Löylyvettä ja altaan syliä	
17:30	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	
19:00	Ymmärrätkö tarpeitasi? Fredrik Kozma	Mistä sairaudet tulevat? Fredrik Kozma	Ajattelumallit petaavat valintojasi Fredrik Kozma	Suurin terveysaarteemme Fredrik Kozma	
21:00–22.30	Lepoa	Rantasaunat	Rantasaunat	Lepoa	
22.30–08:00	Unirauha	Unirauha	Unirauha	Unirauha	

*Huomioithan unirauhan, kiitos!*