

## HYVINVOINTIVIIKONLOPPU 9.-11.6.2017 Snellman-korkeakoulussa

Aly ry:n 30-vuotisjuhlavuoden tapahtuma



### Klaus Adams: SISÄINEN TASAPAINO JA TERVEYS

- Sisäisen tasapainon merkitys hyvinvoinnille ja terveydelle
- Hengentieteellisiä näkökulmia sisäiseen tasapainoon
- Rudolf Steinerein kehittämiä harjoituksia tarkkaavaisuuden, sydämen kulttuurin ja tahdon vahvistamiseen

**Perjantai 9.6. klo 17.00-21.00, lauantai 10.6. klo 9.30-20.00, sunnuntai 11.6. klo 10.00-14.30**

Klaus Adams, psykiatriaan erikoistunut sairaanhoitaja, on työskennellyt Friedrich-Husemann-klinikalla 27 vuotta. Hänen erikoisalaansa ovat antroposofinen hoito ja mm. Rudolf Steinerein sisäiset harjoitukset hoidon tukena. Adams on opettanut vuosia terveyden ja -sairaudenhoidon koulutuksissa ja hän on ollut mukana kirjoittamassa lukuisia julkaisuja, joista viimeisin ***Sisäisen tasapainon löytäminen***, ilmestyi suomeksi tammikuussa 2017. Adamsin luennot kääntää Marketta Rauramo.

Viikonlopun taiteena on Dr Hauschkan kasvojumppaa ja puheharjoituksia, runoja kauneudesta, joita ohjaavat Dr Hauschka-kouluttaja-kosmetologi Miila Kallonen ja puhetaiteilija Tuija Kauhaniemi. Hyvinvointia tukevat myös Salvian herkulliset ruoat, Wim van der Kooij:n kansainväliset tanssit ja rantasauna lauantai-iltana.

Kurssin hinta: 130 € +ruokailu ja majoitus, Aly ry:n jäsenet 90 €+ruokailu ja majoitus.  
Ilmoittautuminen: 1.6.2017 mennessä [info@snellman-korkeakoulu](mailto:info@snellman-korkeakoulu)

---

#### SNELLMAN-KORKEAKOULU

Postiosoite/Postaddress:

Puuskakuja 14, FI-00850 Helsinki

Puhelin/Tel:

+358 (0)9 6211 060

[info@snellman-korkeakoulu.fi](mailto:info@snellman-korkeakoulu.fi)

[www.snellman-korkeakoulu.fi](http://www.snellman-korkeakoulu.fi)

