

59. Helin kesä 10.–12.6.2022, Sokos Hotel Valjus, Kajaani

Ilmassa nyt!



KUVA: Kainuun kuvapankki

Helin kesän tavoitteena on

- tukea hallituksen jäsenen hyvinvointia antamalla eväitä yhdistyksen me-hengen rakentamiseksi
- antaa eväitä huomata luonto mahdollisuutena ja voimavarana yhdistyksen toiminnassa
- johdattaa ympäristötunteisiin tarjoamalla yhteisöllisiä tapoja käsitellä luontoyhteyteen, ilmastonmuutokseen ja maapallon ekologiseen tilaan liittyviä moninaisia ympäristötunteita.

Perjantai 10.6.2022

Ilmoittautuminen alkaa klo 14.30

15.30–17.00

Ilmassa nyt! – Ympäristötunteet

Elsa Lankinen, teatteri-ilmaisun ohjaaja, ympäristökasvattaja
Sari Saxholm, musiikkipedagogi
Vaarateatteri, Kajaani

17.00–

Majoittuminen

18.00–19.30

Päivällinen

Ilta vapaa!

Lauantai 11.6.2022

9.00–9.30 **Tervetuloa Helin kesään!**
Toiminnanjohtaja Markku Hyttinen ja järjestöjohtaja Mervi Puolanne

9.30–11.30 **Työpajat**

Työpaja 1	Työpaja 2
Hyväksyvä tietoinen läsnäolo – lisää hyvinvointia yhdessä tekemiseen <i>Työpsykologi, kouluttaja Minna Haataja</i>	Arvostava kohtaaminen yhdistyksen toiminnan voimavarana <i>Kouluttajan nimi selviää myöhemmin</i>

11.45–13.00 **Lounas**

13.00–15.00 **Työpajat jatkuvat**

Työpaja 1	Työpaja 2
Arvostava kohtaaminen yhdistyksen toiminnan voimavarana <i>Kouluttajan nimi selviää myöhemmin</i>	Hyväksyvä tietoinen läsnäolo – lisää hyvinvointia yhdessä tekemiseen <i>Työpsykologi, kouluttaja Minna Haataja</i>

15.00–15.30 **Kahvi**

15.30–16.00 **Keuhkoahauma ja minä -tarina ja runoja**
Kokemustoimija Ari Koivunen ja runoharrastaja Aila Väisänen

16.30–18.00 **Päivällinen**

18.00–20.00 **Luonto puhuu – Koemme ja sanoitamme luontoa Jokirannan puistossa**
Luonto-ohjaaja, toimittaja Annika Suvivuo

Sunnuntai 12.6.2022

08.00–09.00 **Aamupala**

09.00–10.30 **Läsnä ja lähellä, 6 työpajaa**
Keskusteluttajat Hengitysliiton asiantuntijat

10.30–11.00 **Huoneiden luovutus**

11.00–12.30 **Hyvässä hapessa tulevaisuuteen**
Avaruustähtitieteen emeritusprofessori Esko Valtaoja

12.30–13.30 **Lounas ja kahvi**

Hyvää kotimatkaa!