

# Kiltteydestä kipeät

27.–29.10.2023

Vivamossa, Lohjalla



Oletko toisten miellyttäjä, itsesi, omien tunteitasi ja tarpeitasi laiminlyöjä? Tai aina riittämättömyyttä poteva suorittaja, joka ei tunne ei-sanaa eikä rajoja? Tule oppimaan, että olet arvokas, puolustettava, riittävä ja rakastettava – ja ettei tarvitse olla täydellinen ollakseen hyvä.

Pohdimme myös oikean ja väärän kiltteyden eroa sekä sitä, mitä tarkoittaa Jumalan armo.

Jos kiltteyden kipusi onkin jo hellittänyt, voit tulla kertaamaan ja kertomaan muille rohkaisuksi, mikä on auttanut ja miten se näkyy. Iloitsemme samalla Kiltteydestä kipeät -kirjan 20-vuotisesta, ihmeellisestä matkasta.

## Perjantai 27.10.

- 17.00 Päivällinen
- 18.30 Iltaehtoollinen Särkyneen sydämen kirkossa
- 19.15 Onko täällä kilttejä aikuisia?  
Milloin ja miksi kiltteys on ongelma?
- 20.45 Illtapala

## Lauantai 28.10.

- 8.00 Aamupala
- 9.00 Liian kiltin lapsuus ja syitä väärälle kiltteydelle  
Kiltin aikuisen kipukohtia ja tuntomerkkejä
- 12.00 Lounas
- 14.15 Kahvi
- 14.45 Ole kiltti itsellesi – miten?  
Suuret sanat: kyllä ja ei
- 17.00 Päivällinen
- 18.30 Armon ja arvon auringossa  
Liian kiltin jumalakuva ja jumalasuhteen haasteet
- 20.30 Illtapala ja saunat



## Sunnuntai 29.10.

- 8.00 Aamupala  
9.00 Hyvä kiltteys – miten erotan sen haitallisesta?  
Kohti rohkeampaa, aidompaa ja armollisempaa elämää  
11.00 Messu  
12.30 Lounas

Ohjaajana teologi ja kirjailija **Anna-Liisa Valtavaara**.

Mukana myös sielunhoitoterapeutti, kouluttaja **Leena Junnila** ja psykoterapeutti **Pepina Hyppönen**.

Ohjelma on kokonaisuus, joten kokoaikainen läsnäolo on tärkeää.

*Lämpimästi tervetuloa!*

Ilm. 20.10. mennessä 0207 681 760, [vivamo@sana.fi](mailto:vivamo@sana.fi)

Kurssimaksu  
55 €

Täysihoito  
alk. 177 €



**Vivamo**

0207 681 760  
Vivamontie 2, 08200 Lohja  
[vivamo@sana.fi](mailto:vivamo@sana.fi), [vivamo.fi](http://vivamo.fi)

[facebook.com/krsvivamo](https://facebook.com/krsvivamo)

Puhelun hinta 8,35 snt/puhelu +  
16,69 snt/min (alv 24%)



Muutokset mahdollisia.

Vivamon Kirja- ja lahjapuoti auki  
joka päivä klo 9–16.

Vivamon Kirppu ja Kirja avoinna  
to klo 12–15, la klo 11–15.

Mahdolliset peruutukset 7 pv ennen kurssin alkua, myöhemmin peruutetuista perimme puolet kurssimaksusta. Kokonaan peruuttamatta jättämisestä perimme koko kurssimaksun. Peruutukset +358 400 793 497 tai [vivamo@sana.fi](mailto:vivamo@sana.fi).