

Eheä olo säännöllisillä hoitokäynneillä



## Aurinkoinen tervehdys NEOsta!

*Kesälomat alkaa olla vietetty ja nyt on hyvä aika keskittyä oman hyvinvoinnin ylläpitämiseen ja kohentamiseen. Päivät lyhenevät ja valon määrä vähenee taas pikkuhiljaa, joten siihen kannattaa varautua.*

*Monipuoliset hoitopalvelumme auttavat sinua jaksamaan. Tervetuloa hoitoihimme ja valmistautumaan pirteään & hyvinvoivaan syksyyn!*

\* \* \*

## AJANKOHTAISTA NEOSSA

### Oppilastöitä kampaamossa

Elokuun alusta lähtien NEO-kampaamopalvelut myös oppilastyönä –20% listahinnoista. Kolmannen vuosiluokan kampaajaopiskelija Tari Rossille voi varata aikoja sekä puhelimitse että nettiajanvarauksemme kautta.

## NEO-puoti

NEO-puodissa on nyt saatavilla **Coolment - Luonnon hoitogeeliä.**

Coolment on tehokas ja monipuolinen luonnon hoitogeeli, joka aktivoi elimistön oman puolustusjärjestelmän eli auttaen elimistöä hoitamaan itse itsensä parantaen tehokkaasti verenkiertoa ja aineenvaihduntaa

Hoitogeeli on kudosvaikutteinen ja käyttö mm.:

- \* Akuutit ja krooniset lihas-, nivel- ja hermoperäiset vaivat
- \* Erilaiset reumasairaudet ja reumaattiset vaivat
- \* Kuluman ja osteoporoosin aiheuttamat kivut
- \* Rasittuneet ja jännittyneet lihakset
- \* Venähdykset ja revähdykset
- \* Vammat ja murtumat
- \* Suonikohjut, levottomat jalat, turvotukset
- \* Jännetupentulehdus ja tenniskyynärpää
- \* Kolmoishermostärky, migreeni, päänsärky
- \* Luupiikki, kantakalvon tulehdus, vaivaisenluu, lasten kasvukivut.
- \* Kuukautiskivut, eturauhasvaivat, virtsatiekivut
- \* Vatsavaivat ja sappikivet
- \* Ruusun aiheuttama kipu, kihti
- \* Synnytyskivut ja rintatulehdus
- \* Erilaiset ihottumat ja ihosairaudet
- \* Hengitysteiden hoitoon esim. flunssa
- \* Hieronnan ja fysioterapian yhteydessä

**Coolment on tehokas, turvallinen, todella riittoisa ja täysin kotimainen hoitotuote. Hinta 27€ / 150 ml**

## Tuoksulyhdyt ja eteeriset öljyt

Neo-puodista löydät syksyn pimeneviin iltoihin tuoksulyhdyt ja niihin ihanat 100% eteeriset öljyt. Tunnelma, ihana tuoksu ja hoitava vaikutus yhdessä!

Tuoksulyhdyt: VAIN 4€ / 5€ / 7€ /kpl  
100 % eteeriset öljyt: 6 – 9 €/plo

\* \* \*

## Lasten LogoArt -ryhmä

### Syyskuun alusta lähtien

Anna lapsellesi mahdollisuus omaksua myönteinen elämänsäsenne!

Seitsemästä kokoontumiskerrasta koostuva lasten LogoArt-ryhmä alkaa syyskuun alussa. Ryhmä kokoontuu joka toinen viikko, parillisilla ja parittomilla viikoilla kokoontuvat eri ryhmät.

[Lue lisää Lasten LogoArt-ryhmästä](http://eheaolo.fi/palvelut.php#lastenlogo) <http://eheaolo.fi/palvelut.php#lastenlogo>

\* \* \*

## MEDY-koulutus

### Syyskuun alusta lähtien

Kaipaako vapautta itse vaikuttaa elämääsi ja siihen, mitä vedät puoleesi?

Seitsemästä kokoontumiskerrasta koostuva MEDY-koulutus alkaa syyskuun alussa. Ryhmä kokoontuu joka toinen viikko, parillisilla ja parittomilla viikoilla kokoontuvat eri ryhmät.

[Lue lisää MEDY-koulutuksesta](http://eheaolo.fi/ajankohtaiset.php#medy) <http://eheaolo.fi/ajankohtaiset.php#medy>

\* \* \*

## Psykokinesiologisia testauksia NEOssa

### 24.–26.8.2009

Silja Tauriainen-Ball pitää psykokinesiologin vastaanottoa NEOssa 24.–26.8.2009.

Hinta: 60 € / 120 min.

Ajanvaraus puhelimitse keskukseltamme p. 08 373 370.

\* \* \*

## Muistutus Yrtti- ja Shiatsukursseista

### **Yrttikurssi 5.-6.9.2009**

Pidetään Oulussa

Hinta 150 € (sis. alv 22%)

Kouluttaja / vastuhenkilö: Pirjo Turpeinen

[Kurssin esite](http://eheaolo.fi/kurssit/yrttikurssi_esite.pdf) [http://eheaolo.fi/kurssit/yrttikurssi\\_esite.pdf](http://eheaolo.fi/kurssit/yrttikurssi_esite.pdf)

### **Shiatsun peruskurssi 19.-20.9.2009**

Pidetään Oulussa

Hinta 180 € (sis. alv 22%)

Kouluttaja / vastuhenkilö: Pirjo Konola

[Kurssin esite](http://eheaolo.fi/kurssit/shiatsun_peruskurssi09.pdf) [http://eheaolo.fi/kurssit/shiatsun\\_peruskurssi09.pdf](http://eheaolo.fi/kurssit/shiatsun_peruskurssi09.pdf)

\* \* \*

## OPPILASHOITOJA

**NEO:ssa jälleen saatavilla edullisia oppilashoitoja:**

### **Vyöhyketerapia klinikka su 27.9.-09**

*-aikoja klo 9.00-10.30, 12.00-13.30 ja 14.00-15.30*

### **Hermorataklinikka la 3.10.-09.**

*-aikoja klo 9.00-11.00*

Hoitojen hinta: 33,50 eur (sis. toimistomaksun 3,50 eur)

Ajanvaraus puhelimitse keskukseltamme p. 08 373370

## PVT- Apuna Tunteiden Kohtaamisessa

**PVT:ssä** Psykologisessa vyöhyketerapiassa ihmistä autetaan kohtaamaan häntä vaivaavat, patoutuneet tunnekokemukset.

Torjutut tunnekokemukset jäävät kehon tunnemuistiin. Tunnetraumat väsyttävät ihmistä ja kuluttavat hänen energioitaan. Tämä ilmenee mitä moninaisimpina kehon ja ihmismielen kipulina ja vaivoina. Näiden tunteiden tiedostaminen parantaa.

**PVT-hoidossa** noudatetaan elämänkaariteoriaa, jonka mukaan ihmisen kehon 18 toimintatasoa liittyvät hänen elämänkaareensa 18 vuoden rytmin mukaisesti. Ihmisen tunne-elämän luonnollinen kehitys voi häiriintyä missä tahansa elämän vaiheessa.

**PVT-hoidossa** ihmistä autetaan kohtaamaan ja kokemaan nämä patoutuneet tunnekokemukset ja löytämään itsensä ja identiteettinsä. Tämän elämyksellisen muistiin ja tietoisuuteen palauttamisen avulla ihminen ymmärtää noita tunnekokemuksia ja itseään uudella tavalla, identiteettinsä löytäneen aikuisen näkökulmasta.

Psykologiset vyöhyketerapeutit NEO:ssa  
**Kaisa Helander ja Pirkko-Liisa Niskanen**

\* \* \*

## TUDY-TUNNERYHMÄ

Oletko kiinnostunut omasta itsestäsi ja valmis kohtaamaan;  
**PELON, VIHAN, SYYLLISYYDEN JA HÄPEÄN?**

Miten pelko näkyy sinussa? Oletko häpeä ihminen? Oletko aina huolissasi?  
Koetko jatkuvaa syyllisyyttä? **Haluatko vastauksia näihin kysymyksiin ja tuntemaan itseäsi?**

Tule mukaan tunneryhmään torstaina **20.8 2009 kello 18-20** NEO – eheä oloon,  
Hallituskatu 10, 2.krs.

**Tunteiden dynaamikkaa ryhmä** on kokonaisuus, jossa tunteet puhuvat; sanoina, äänenpainoina, katseina, kehon kielenä, tunnelmien siirtymisenä. Yhden jäsenen avutumisen voi avata koko ryhmää. Ryhmän jokainen jäsen peilaa itseään ryhmässä. Syntyy dynaaminen prosessi, jonka hallinta edellyttää hienovaraista ”ohjaamista”

**Ryhmä on tarkoitettu kaikille itsestä ja omista tunteista kiinnostuneille.**

Tunteiden prosessointi on jatkuva koko elämän kestävä prosessi. Ryhmä auttaa sinua pysähtymään, kuuntelemaan tunne-elämää, kehoa, paria tai ryhmää. Tarkoitus on auttaa ryhmäläisiä arkipäivän tilanteissa tunnistamaan niihin liittyvät tunteet ja prosessoimaan ne.

**Ryhmä on tarkoitettu myös PVT-hoidossa käyneille ja hoidossa oleville ”tukihoidtona”**

mutta hoidot eivät ole edellytys ryhmään osallistumiselle.  
Riittää jos olet kiinnostunut itsesi kehittämisestä.

Ryhmä kokoontuu joka kuukauden toinen ja kolmas torstai kello 18-20.  
Osallistumismaksu 15 €/kerta

Tudy-ryhmä perustuu **Antti Pietiäisen** kehittämään menetelmään ja pohjana käytetään kirjaa **Tunne-Antitunne ja Perimä**.

Ryhmänohjaaja PVT-terapeutti Pirkko-Liisa Niskanen

Ilmoittautumiset ja tiedustelut sähköpostilla [pirkko-liisa.niskanen@eheaolo.fi](mailto:pirkko-liisa.niskanen@eheaolo.fi)

\* \* \*

## Astrologin vastaanotto NEO:ssa

**Satu Ruotsalainen** tekee NEO:ssa astrologisia tulkintoja pe 23.10.2009.

Ajanvaraus p. 044 577 8829 tai [pia.ruotsalainen@eheaolo.fi](mailto:pia.ruotsalainen@eheaolo.fi).

Ilmoitathan varauksen yhteydessä tarkan syntymäaikasi (pvm, vuosi, kellonaika) sekä syntymäpaikkakuntasi.

**Henkilökohtainen karttatulkinta:** 90 €, sisältää tulkinnan CD-levylle. Saat mukaan samalla myös kauniin ja värikkään karttasi. Henkilökohtaisen tulkinnan etuna on mahdollisuus kysymyksiin.

\* \* \*

# HOITOKOKEMUKSIA

## Conquest-kasvohieronta

Varasin 9-vuotiaalle tyttärelleni ajan Pirjo Turpeiselle Conquest-kasvohierontaan, sillä hänellä esiintyi todella voimakasta yönarskuttelua. Öisestä hampaiden pureskelusta johtuen hänellä esiintyi myös ajoittain leuka/päänsärkyjä ja oli aamuisin väsynyt vaikka oli nukkunut pitkät yöunet.

Hoidon jälkeen tytär oli iloinen – tunnusteli hiukan ihmeissään leukojaan, kuinka rennolta ne tuntuivat. Puhui myös koko illan siitä, kuinka mukava hoito oli ollut ja miten hän oli hoidossa rentoutunut uneen asti. Heti hoitoa seuraavasta yöstä lähtien hampaiden narkuttelu lakkasi ja tyttö on ollut aamuisin todella pirteä. Hoidon positiiviset vaikutukset eivät kuitenkaan lakanneet tähän. Huomasin suuren muutoksen tyttäreni keskittymiskyvyssä ja tehtävien teossa. Hän nimittäin jaksoi keskittyä huomattavasti paremmin, tarkemmin ja pitkäkestoisemmin tehtäviinsä. Tätä ihmetellessäni Pirjolle, hän kertoi että he olivat hoidon yhteydessä käyneet läpi ja keskustelleet myös mm. kouluun liittyvistä asioista, jännittämisestä ym. NLP-terapian näkökulmasta.

Äitinä olen luonnollisesti äärettömän onnellinen ja ilahtunut, kun tyttäreni sai helpotuksen hampaiden narskutteluun, mutta myös selkeästi apua koulunkäyntiinsä.

*Kiitollisena kokemuksensa jakaa, 9-vuotiaan 3. luokkalaisen tytön äiti*

## Hieronta

Hierojanne Ville Körkkö on hieronut minua viime vuoden kesäkuusta lähtien. Viime aikoina olen käynyt Villen hieronnassa jopa viikoittain. **Olen hyötynyt siitä kovasti.**

**MYÖNTEISTÄ PALAUTETTA** voin vain sanoa. Olen kieltenopettaja. Minulla on ollut ongelmia äänenkäytön ja jännittämisen takia. Viime talvena huomasin muutoksen, kun nämä oireet lievenivät ja välillä häipyivät kokonaan.

Minulla on ollut Crohnin tauti vuodesta -98 alkaen. Sekin on ollut lähes oireeton viimeisen vuoden ajan. Olen pärjännyt vähemmällä lääkityksellä. Pari viikkoa sitten sain jättää lääkärin luvalla yhden lääkkeen pois. Uskon, että hieronnan lisäämällä stressittömyydellä ja aineenvaihdunnan parantumisella on tässä merkitystä.

Ville on antanut myös hyviä neuvoja liikkumiseen ja ruokavalioon liittyen; nyt olen puolen vuoden ajan käynyt allasjumpassa ja kuntosalilla. Hän "määräsi" minulle liikuntaa!

Villen "käsittelyssä" olen huomannut, että keho ja sielu toimivat yhteistyössä.

**Tyytyväinen asiakas nimimerkillä "Vesimies"**

\* \* \*

**Kauneimmat Kiitoksemme Teille, jotka olette laittaneet  
meille palautetta hoitokokemustenne muodossa!**

*Hoitokokemukset ovat monille todella tärkeitä ja voivat auttaa heitä löytämään juuri itselleen tai jollekin läheiselleen oikean hoitomuodon.*

*Mikäli haluat jakaa hoitokokemuksesi uutiskirjeemme lukijoiden ja asiakkaidemme kesken, niin kokemuksiasi voitte laittaa osoitteeseen [uutiset@eheaolo.fi](mailto:uutiset@eheaolo.fi). Palautteenne voitte antaa nimimerkillä.*