

Onkohan nimeni listalla

Mitä! Alkaako koulu

syksyllä

Teatterikoulussa
uusia tulokkaita

KUVA

Peloittavatko
Teitä
nämä päivät?



matka alkoi
vastakohtat

Aamuvarhaisesta iltamyöhään

hankala
2 Min

MUSIIKKI



Taiteilija syvenee

fringe Ei
mitään piDä
IRTI ENEMMÄN

ALAHDEN KANSANOPISTO

alkaa

JOTAKIN
AIVAN
UUTTA

TIETOA

HENGITTÄMINEN
PIDENTÄÄ IKÄÄ

Hengitys on elollisen luonnon perustoiminta, joka yhdistää kaiken elävän ja kasvavan luonnon ikuisen kiertokulkuun. Mutta kuinka moni meistä tosiaan osaa hengittää? Me hengitämme nopeasti ja pinnallisesti, sen sijaan että rauhallisesti palloa keuhka täyttäisimme keuhkomme hapella. Antavimman hengitystavan oppiminen vaatii hitusen kärsivällisyyttä, mutta palkitsee vaivat moninkertaisesti.

ihanaa

But Oh
muki on
kateissa

IMPRO

skat kluBit

suunnattava

phkP

leikissä.



iloiset

keho

Hahmo

Rakentu kuin

liike

Miten?

askelta lähempänä

tutki, kysele ja ha

tuominut turska



anna sen olla

PURISTA vähemmän

Bakteeri

kas

irti

päästö

MÄÄRITTELE

voimistelu riemastutti

akro

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

Yksinäisyys

Kävelen yksin rykäystä rantaa

Vaellon yksin polkua aivan vastassa holla ja hulta, talvi tyyntävi tuskien ja pelon - ikä ei kukaan autta.

VAAN A N T A A

painoivat

rauha entistä enemmän

mikä

se on

Avattavuuden

tärkeyden

huomaat

kyllä

sävellys

Puheen

TÄRKEYS

epätä

isyy

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

Kestävä.

TUKALUUKSIA

SATTUVAA

MENNNEISYYS

VAAN A N T A A

painoivat

rauha entistä enemmän

mikä

se on

Avattavuuden

tärkeyden

huomaat

kyllä

sävellys

Puheen

TÄRKEYS

epätä

isyy

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

Mökki

Elämä on

I H M E

Pe KEVÄÄN

VAAN A N T A A

painoivat

rauha entistä enemmän

mikä

se on

Avattavuuden

tärkeyden

huomaat

kyllä

sävellys

Puheen

TÄRKEYS

epätä

isyy

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

voimistelu riemastutti

Koti

turvallinen

KOLMASTOISTA

MAAILMAN

MUUTOKSIA

MAAILMAN

LOPU N

ärsytys

Elä - taiteilija

ELÄMMEKÖ? AHDIS

UUS

ahdinko

KATTA

VAPAUS -

Pod

CAST

MILLAINEN SE ON?

elämä yllättää

Paluu TeAk

kol

monipuolinen

arvostus

kosketas

SUURI

kasiu

muisto

Niin tulon, harmaantuneen pään ja kutsun lempeän

hän yhä näki edessänsä lähte hämörän,

hämörän, josta eläimen lie lähti väkkyntä

sanoma: Katsot! Ikuinen on lähelläsi nyt!

Sopuointuja

Koti

turvallinen

KOLMASTOISTA

MAAILMAN

MUUTOKSIA

MAAILMAN

LOPU N

ärsytys

Elä - taiteilija

ELÄMMEKÖ? AHDIS

UUS

ahdinko

KATTA

VAPAUS -

Pod

MILLAINEN SE ON?

elämä yllättää

Paluu TeAk

kol

monipuolinen

arvostus

kosketas

SUURI

kasiu

muisto

Niin tulon, harmaantuneen pään ja kutsun lempeän

hän yhä näki edessänsä lähte hämörän,

hämörän, josta eläimen lie lähti väkkyntä

sanoma: Katsot! Ikuinen on lähelläsi nyt!