

PAAVALIN SEURAKUNTA

Tervetuloa syksy!



SYYESITE 2024



SYKSYN VÄRILOISTO

Monipuolinen
tapahtumatarjonta
saa syksyn
loistamaan.



HYVIN- VOINTI JA HILJAISUUS


Syksy on henkisen
kasvun aikaa.



APUA JA TUKEA

Olemme
täällä sinua
varten.



 /paavalinseurakunta

 @PaavaliSrk

 @paavalinseurakunta

Syli

Jeesus otti lapset syliinsä,
pani kätensä heidän päälleen ja siunasi heitä.

Kuva Jani Laukkanen

Jokaisessa **kastetoimittuksessa**, jossa lapsi kastetaan luetaan myös niin kutsuttu lasten evankeliumi. Jeesus tekee tässä kertomuksessa kaksi merkittävää tekoa, joita meidänkin on hyvä toteuttaa. Hän tarjoaa sylin ja siunauksen. Kaste on sakramentti, pyhä toimitus. Ja pyhänä toimintuksena se on erityisesti syliin ottamisen sakramentti.

Äitini kertoi, että kotipaikassani Halsualla 60-luvun lopulla neuvolassa annettiin ohje: 'Älä pidä sitä lasta sylissä liikaa, ettei se totu siihen.' En tiedä huonompaa neuvoa. Ensinnäkin Pohjanmaalla lapsesta ja ihmisestä yleensäkin käytetään sanaa se eikä hän. Pahempaa

on kuitenkin, jos lasta ei oteta syliin, kun hän tätä tahtoo. Syli on lapsen paikka. Syli on ihmisen paikka.

Monelta harmilta ihminen elämänsä aikana säästyisi, mikäli pääsisi syliin, kun maailma murjoo ja moukaroi. Syliin ottamisessa on jo itsessään myös siunaus. Syliin ottamisen sakramentissa Jumala kutsuu jokaisen nimeltä omakseen. Me emme ole harmaata massaa, pelkkiä numeroita jonossa, vaan meillä on nimi, meidät kutsutaan nimettömyydestä armoon, valoon, elämään.

Voisiko seurakunta, Paavalinkirkko olla syli?

Paikka, jossa on turvassa.
Paikka, jossa on kaivattu.
Paikka, jossa saa levätä.

Kädessäsi on syksyn toiminnan esite. Tästä löydät pääpiirteet monenlaisesta touhusta mihin voit tulla mukaan tai ihan olla vaan.

Kaipaatpa melua tai rauhaa, ehtoolliseen hiljentymistä tai kirkkokahvien puheensorinaa niin olet tervetullut mukaan. Haluamme kuulla sinun ääntäsi myös uutta seurakunnan strategiaa tehdessämme ja toivon, että voit vastata esitteen takakanen kyselyyn, jotta suunta olisi yhteinen.

Sisua ja siunausta syksyysi,

Kari Kanala

Paavalin seurakunnan
kirkkoherra

**Kaipaatpa melua tai rauhaa,
ehtoolliseen hiljentymistä
tai kirkkokahvien puheensorinaa
niin olet tervetullut mukaan.**



SISÄLTÖ

Me olemme Paavali!

MESSUT



LAPSET JA PERHEET



HILJAISUUDEN FESTIVAALI 28.-29.9.2024

Neon 2
lauantaina 28.9.
haastattelussa ja
intiimisti livenä.
Vapaa pääsy!

TAPAHTUMIEN SYKSY

Luvassa mm.
PopPaavali,
Hiljaisuuden festivaali
ja Puhkea kukkaan
-konferenssi

RIPARI



NUORET AIKUISET



APUA JA TUKEA



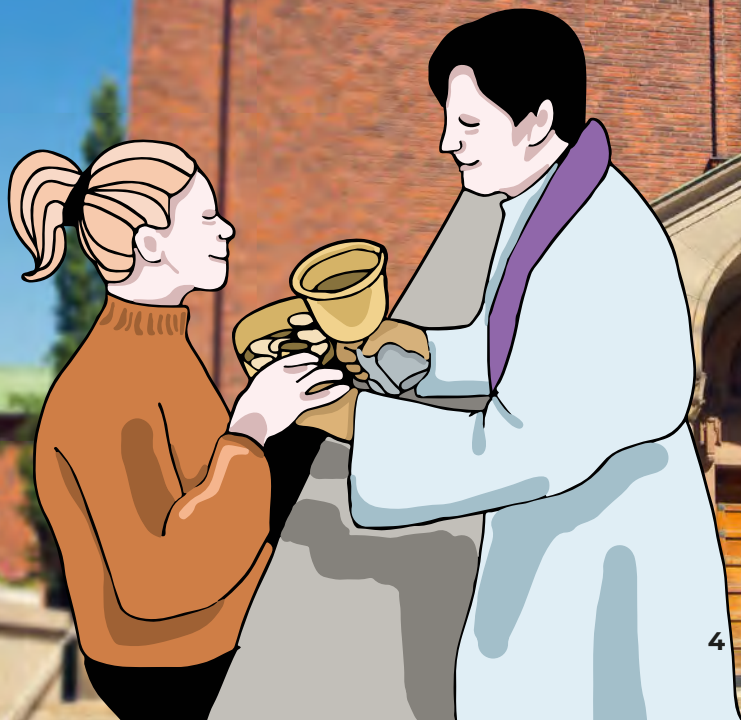
MESSUT

Messut Paavalinkirkossa

SUNNUNTAISIN klo 10.

**PUOLEN TUNNIN
MESSU**

keskiviikkoisin klo 18



” Tule hiljentymään tai tutustumaan Paavalinkirkkoon!

POIMINTOJA SYKSYN MESSUISTA

Su 1.9. klo 10

Herättäjän kirkkopyhä.

Saarna Samuli Korkalainen, mukana Veisuveljet. Kirkkokahvit Herättäjä-Yhdistyksen työn hyväksi sekä seurat.

Su 8.9. klo 10

Messu.

Vapaaehtoisten siunaaminen messun yhteydessä ja keittolounas seurakuntatalissa messun jälkeen. Vapaaehtoinen maksu Yhteisvastuukeräykselle. Lounaan jälkeen vapaaehtoisille ja vapaaehtoistoimijuudesta kiinnostuneille mukavaa yhdessäoloa ja tutustumista. Olet myös lämpimästi tervetullut tutustumaan erilaisiin vapaaehtoistehtäviin, mitä meillä on Paavalissa tarjolla. Voit myös itse kertoa, millaisista tehtävistä olisit kiinnostunut.



Su 15.9. klo 10

Liikuntasunnuntain messu.

Kirkon pihalla on perjantaista sunnuntaihin kontti, jonne voi tuoda hyväkuntoisia liikuntatarvikkeita ja -välineitä. Liike ry toimittaa lahjoitukset Zimbabween.

Ke 23.10. klo 18

Kirkon vastuuviikon Puolen tunnin messu.

Su 13.10. klo 10

Lähetyspyhä.

Saarna: Paavo Huotari Pipliaseurasta.

Su 27.10. ja 29.12. klo 17

Meditatiivinen rukouslaulumessu.

Meditatiivinen messu tarjoaa lepoa keskiaikaisissa gregoriaanisissa lauluissa ja psalmeissa. Voit levätä laulujen harmoniassa kuunnellen tai itse osallistuen laulamiseen. Messun lauluihin voi tulla virittäytymään kaikille avoimiin harjoituksiin ennen messua klo 16.

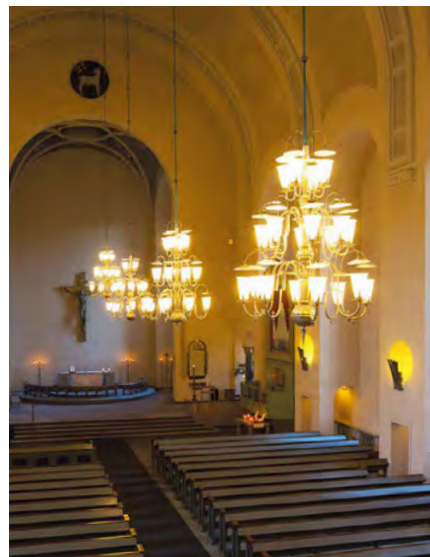
La 2.11. klo 18

Pyhäinpäivän hartaus Paavalinkirkossa.

Luemme viime pyhäinpäivän jälkeen kuolleiden seurakuntalaisten nimet ja sytytämme kynttilät heidän muistokseen. Kahvitarjoilu.

La 9.11. klo 16

Tanssi ja taideterapia -työpajapäivän kaikille avoin tanssillinen messu Paavalinkirkossa.



PAPPI TAVATTAVISSA KIRKOSSA

torstaisin klo 16-18.

Tule hiljentymään tai tutustumaan Paavalinkirkkoon.



MUSIIKKI



” Soi kunniaksi Luojan nyt, virsi kiitoksen, tuon kaiken hyvän tuojan ja suojan ainaisen!

LAULUMEDITAATIO

Pe 6.9., 4.10., 15.11., 29.11. Klo 17-18
kirkkosalissa.

KONSERTTI

Ma 9.9. klo 19

Attila Dankos, urut, vapaa pääsy, ohjelmassa J.S. Bachin, F. Lisztin ja F. Mendelssohnin teoksia (Liszt-Instituutti)

RENESSANSSIKUOROMUSIIKIN LAULUKURSSIN LOPPUKONSERTTI

Su 15.9. klo 19

kirkkosalissa, kesto 30 min, vapaa pääsy.

KAANAANMAA KONSERTTI

Ti 17.9. klo 18

Helsinginkadun filharmonikot esiintyvät solistinaan Jukka Perko, saksofoni. Virsisovituksia, säveltäjänimänä Pekka Pohjola, Jukka Linkola ja Severi Pyysalo, vapaa pääsy, ohjelmamaksu.

KESKI-HELSINGIN MUSIIKKIOPISTON KONSERTTI

Ti 8.10. klo 18.30

HELSINGIN YLIOPISTON MUSIIKKISEURAN KAMARIKUORO RY:N 30V. JUHLAKONSERTTI

La 19.10. klo 19

ohjelmassa John Rutterin Missa Brevis, johtaa Leiu Tonissaar, Valteri Saarikko, urut, vapaa pääsy, ohjelmamaksu.

ITÄ-HELSINGIN MUSIIKKIOPISTON KONSERTTI

Ti 29.10. klo 18.30

KOKO KAUPUNGIN ORKESTERI

To 31.10. klo 19

Kotikaupunkikiertueella Helsingin kaupunginorkesteri pakkaa mukaan Jean Sibeliuksen teatterimusiikkia sekä nuoren



ren Mozartin säveltämän makupalan, jonka taivaallisen kauniissa hitaassa osassa soolopuhaltajat pääsevät hurmaamaan. Vapaa pääsy.

KAMARIKUORO SonorEnsemblen KONSERTTI

Pe 1.11. klo 19

johtaa Hanna Remes. Vapaa pääsy, käsiohjelma 15 €.

MOZARTIN REQUIEM

Pe 8.11. klo 18

Savolaisen Osakunnan Laulajat (SOL), Wiipurilaisen Osakunnan Laulajat (WiOL), Pohjalaisten Osakuntien Laulajat (POL) sekä Akateeminen puhallinorkesteri esittävät Mozartin Requiemin Paavalinkirkossa. Solisteina sopraano Wilhelmina Tomasdottir, mezzosopraano Essi Lind, tenori Niilo Erkkilä ja basso Veikko Vallinoja. Johtaa Markus Luomala. Liput 25/15 €.

VOKAALIYHTYE UOMAN KONSERTTI

La 23.11. klo 18.

Liput 20/15 €.



TAPAHTUMAT

POP PAAVAALI 2024

LA 24.8.
KLO 16-22



Noora Isosarelli



Stupido Records



Henni Hyökyvirta



Matti Paolokallio

KLO 16.00 DJ BUNUEL 16.20 VILLE LEINONEN 17.10 YSTÄVÄT 18.00 MODEM
18.50 JULKAISTAAN MYÖHEMMIN 19.40 SALALIITTO 20.35 SHADOWPLAY
+ DJ BUNUEL & DJ PASTORI KANALAN PYHÄKOULU & DJ NANCY IMATRA

PAAVALINKIRKON SISÄPIHA, Sammatintie 5, Helsinki

VAPAA PÄÄSY!



@poppaavali
@paavalinseurakunta



PAAVALIN SEURAKUNTA
KIRKKO HELSINGISSÄ

” Tapahtumiin vapaa pääsy!



HILJAISUUDEN FESTIVAALI

28.-29.9.2024
PAAVALINKIRKKO
Sammattintie 5,
Helsinki



LA 28.9. VARJOT JA RAUHA

- KLO 12.00** Hiljaisuuden Festivaalin avaus / Kari Kanala, Sanna Wikström ja Pequ Nieminen
KLO 12.10 Päikkärit kirkossa
KLO 13.00 Sydänrukous / Tuuli Aitolehti
KLO 14.00 Pimeydestä kajastava valo -puheenvuoro / Johanna Huhtamäki
KLO 15.00 Hiljaisuus parisuhteessa / Kari Kanala, Hanna Myllymaa ja Tapani Alanen
KLO 16.00 Meditatiivinen tanssi / Tiina Sara-aho
KLO 17.00 Anna-Maija Raittilan ja Irja Askolan runoja / lausunta Aino-Kaarina Mäkisalo, sello Matti Makkonen
KLO 18.00 Polku valoon / haastattelussa Neon 2 eli Jussi Rainio ja Rami Alanko, haastattelijana Pequ Nieminen
KLO 18.15 Live-musiikkia / Neon 2
KLO 19.00 Tyyneyshetki / Sanna Wikström
KLO 19.15 Ohjelma päättyy

SU 29.9. VALO JA TURVA

- KLO 10.00** Sydänrukouksen messu / Tuuli Aitolehti
KLO 12.00 Soivat maljat / Satu Silvo soittaa maljoja
KLO 13.00 Kristillinen meditaatio / Risto Lehtinen
KLO 14.00 Avaudu rakastamaan itseäsi -puheenvuoro / Auli Malimaa
KLO 15.00 Valoa-äänimatka / Dj Pequ
KLO 16.30 Tyyneyshetki / Sanna Wikström
KLO 17.00 Tapahtuma päättyy

RUOKA

YSTÄVYYDEN KAHVILA

tiistaisin klo 14-15.

Tule viihtymään hyvässä seurassa. Vapaaehtoinen maksu. Paikalla diakonia-työntekijät ja vapaaehtoisia.

ILTARUOKAILU

keskiviikkoisin

2.10.-27.11. klo 16.30-18.

Vegaaninen keitto 1 €/annos. Sisältää leivän, juoman ja kahvin tai teen.

Hyvää
ruokaa ja
yhdessäoloa.
Tervetuloa!



PÄIVÄPIIRISSÄ

luetaan seuraavan sunnuntain raamatun teksti, lauletaan virsiä, keskustellaan ja rukoillaan. **Keskiviikkoisin klo 13 (4.9.–18.12., ei 16.10.)** Pasilan asukastalolla (Asemapäällikönkatu 12 b). Asukastalolta voi ostaa edullisesti kahvin ja pientä purtavaa. Lisätietoja piiriä vetävältä Elina Koivistolta (elina.koivisto@evl.fi).

SUKKATUNTI

– käsityöporukka joka tekee hyvää
keskiviikkoisin Klo 12-14 nuorisotilassa,
alkaa syyskaudella ke 28.8. ja päättyy ke 27.11.



Pysykö sinulla puikot kädessä? Tule mukaan mukavaan käsityökerhoon! Me teemme kerhossa pääasiassa sukkaa – ja lahjoitamme niitä tarvitseville!

Kokoonnumme Paavalinkirkon nuorisotilassa ja neulomisen lomassa vaihdamme kuulumisia, puhumme monenlaisesta, autamme toisiamme, juomme kahvia/teetä, nauramme, jaamme muistoja ja iloitemme yhteisestä harrastuksesta.

Seurakunta maksaa langat; neulomme pääosin 7-veljestä langasta tai vastaavasta. Puikkoja saa kirkolta, mutta omiakin saa käyttää. Seurakunnan langoilla tehdessä sukat ja muut käsityöt tulevat seurakunnalle ja ne lahjoitetaan / myydään ja rahat lahjoitetaan tarvitseville.

Ja Sukkatuntiin saa tulla myös tekemään ihan omaa käsityötä omista langoista. Ja jos sinulla on hallussa joku kiinnostava tekniikka tai käsityökirja, jossa on hyviä ohjeita; tuo ihmeessä osaamistasi näyttille muille.

Ryhmään ei tarvitse ilmoittautua, voit tulla mukaan silloin kun sinulle sopii. Ryhmä on maksuton ja se sopii kaikille käsityöistä kiinnostuneille; ryhmäläiset ovat opettaneet sukan tekemisessä toisiaan.



NOVELLIKOUKKU

– käsitöitä ja kirjallisuutta
ke 30.10. klo 14-15

Paavalinkirkolla nuorisotilassa

Tule nauttimaan ääneen lukemisesta samalla kun teet itse käsitöitä. Näyttelijä Mona Kortelampi tulee lukemaan meille ääneen novelleja (1-3 kpl). Tarjolla kahvia/teetä. Tilaisuus on maksuton ja kaikille avoin.

Novellikoukkuja järjestetään myös Vallilan ja Arabianrannan kirjastoissa ja Arabian Asukastalolla.

Olet tervetullut
kuuntelemaan Jumalan
hiljaista ääntä sisälläsi.



” Syksy on henkisen kasvun aikaa.

KRISTILLINEN MEDITAATIO

keskiviikkoisin klo 17.10-17.50

Paavalinkirkon urkuparvella

alkaen 4.9. ja jatkuen 27.11. saakka.

Hiljaiseen rukoukseen kuljettava meditaatio on eri uskontojen yhteistä hengellistä viisautta. Ohjattu meditaatio sisältää virikepuheen ja yhteisen meditaation. Ryhmä perustuu kansainväliseen benediktiinimunkki John Mainin elvyttämään erämaaisien harjoitukseen. Ryhmää ohjaa Risto Lehtinen. Lisätied. Arja Rannanpää-Kortelainen. Olet tervetullut kuuntelemaan Jumalan hiljaista ääntä sisälläsi. Ryhmä on avoin kaikille etsijöille, ei ilmoittautumista.

Ensikertalaisena voit tulla paikalle hiukan aikaisemmin, niin saat tiedot ryhmän toimintatavoista.

ADVENTTIIN VALMISTAVA ARKIRETRIITTI

maanantaisin klo 18.30-20

ajalla 21.10.–25.11. Paavalinkirkon yläsalissa Arkiretriitissä hiljennytään oman arjen keskellä. Ryhmä kokoontuu kerran viikossa, yht. 6 kertaa. Väliajoilla osallistujat varaavat päivittäin 20-30 minuuttia aikaa hiljentymiseen oman aikataulunsa mukaan. Osallistujat saavat jokaiselle päivälle hiljentymistä tukevan Raamatun tekstin sekä muuta materiaalia. Ryhmätapaamisissa jaetaan ajatuksia ja kokemuksia sen verran kuin haluat jakaa.

Ryhmää ohjaa Risto Lehtinen. Tiedustelut ja ilmoittautumiset Arja Rannanpää-Kortelainen arja.rannanpaa-kortelainen@evl.fi tai p. 050 377 4024.



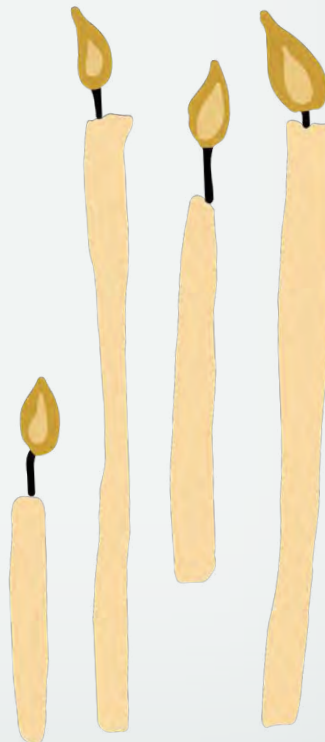
HILJAISUUDEN RETRIITTI "VALOA KOHTI"

15.–17.11.

Vihdin seurakunnan leirikeskus Riutarannassa. Tämä retriitti sopii myös liikuntaesteisille, koska tiloissa ei ole portaita (huom. majoitushuoneiden WC:hen ei mahdu rollaattori tai pyörätuoli).

Retriitti alkaa **perjantaina klo 18** päivällisellä. Voit tulla majoittumaan **klo 17 lähtien**. Retriitti päättyy **sunnuntaina klo 14.30**. Hinta 150 € Paavalin seurakuntalaiset ja 200 € muualta tulevat, sisältää täysihoidon omin lakanoin ja saunan lauantai-iltana. Majoitus yhden hengen huoneissa.

Ohjaajina pastorit Arja Rannanpää-Kortelainen ja Juha Valkeapää. Tiedustelut ja ilmoittautuminen ohjaajille arja.rannanpaa-kortelainen@evl.fi tai p. 050 377 4024, juha.valkeapaa@evl.fi tai p. 050 380 4162.



SYDÄNRUKOUS

perjantaisin klo 8.30 Paavalinkirkossa
Sydänrukous on eräs hiljaisen rukouksen muoto. Sydänrukouksen harjoittajan päivään kuuluu päivittäin kaksi 20 minuutin meditatiivista rukousjaksoa. Rukouksessa keskitytään sanomaan ”Kyllä” Jumalalle. Näin tämä rukous avaa rukoilijan omaa mieltä ottamaan vastaan rakastavan Jumalan läsnäolon ja toiminnan omassa sisimmässä.

Sydänrukous kuuluu kontemplatiiviseen hiljaiseen rukousperinteeseen, jonka juuret ulottuvat yli tuhannen vuoden taakse.

Ryhmään ei tarvitse ilmoittautua, olet tervetullut milloin vain! Ryhmää ohjaa ryhmäläiset itse, eli kuka tahansa pääsee siihenkin rooliin mukaan. Mukana ryhmässä on pastori Tuuli Aitolehti.

Sydänrukouksen opetusta lyhyesti **perjantaina 4.10. klo 8.30** ryhmän päätteeksi. Sydänrukouksen opettaja Sirkku Aitolehti kertoo ihmisen tietoisuuden erilaisista tiloista ja siitä, miten ne voivat näyttäytyä sydänrukouksessa. Opetus kestää noin tunnin ja tapahtuu keskustellen. Tämä on kaikille avoin ja maksuton tilaisuus, johon osallistujat tulevat jo klo 8.30 alkavaan sydänrukoukseen ja jatkavat tämän opetuksen parissa sen jälkeen.

Sydänrukouksen juuret ulottuvat yli tuhannen vuoden taakse.



SYDÄNILTA su 13.10. ja 10.11. ja 1.12. klo 16-18.30

Paavalinkirkossa
Tämä on jotain ihan uutta Paavalissa, tervetuloa mukaan!

Illan aikana rukoillaan laulamalla Kaarina Ruusuvirran kauniita sydänlauluja, jotka soivat koko kehossa luoden lähes taianomaisen ilmapiirin laulajan sydämessä.

Illan aikana rukoillaan lukemalla psalmeja vuorolukuna: luemme kolmen illan aikana suuren osan psalmien kirjasta ja saamme ravinnoksi koko ihmisyuden kirjon, kun heittäydymme lukemaan ja sitä kautta kokemaan laajasti ihmisen syvimpiä tunteita ja tarpeita.

Illan aikana rukoillaan hiljentymällä yhdessä sydänrukoukseen. Jos sydänrukous ei ole sinulle tuttu ennestään, saat opastuksen siihen ja pääset mukaan tähän hiljaiseen 20 minuuttia kestävään rukousmeditaatioon.

Illan aikana jaetaan toistemme kanssa sitä, minkälaista on olla juuri tässä kohtaa omaa kristityn polkua. Jakamiseen kuuluu toisten kuunteleminen, ja myös se että saa kertoa omasta kokemuksestaan. Nautimme yhdessä myös iltateetä. Illat ovat maksuttomia ja kaikille avoimia.

Sydänilloissa mukana muusikko Kaarina Ruusuvirta ja pastori Tuuli Aitolehti.



Retriitissä on kaikille yhteistä ohjelmaa ja myös aikaa olla itsekseen luonnossa.

HILJAISUUDEN RETRIITTI viikonloppuna 18.–20.10.

Lähdemme **perjantaina 18.10.** vietämään rauhallista, ravitsevaa ja rentouttavaa viikonloppua Nuuksioon Nuottakodon leirikeskukseen.

Retriitissä osallistujilla on aikaa tutkia omaa sisintään ja kuulla mikä on itselle tällä hetkellä tärkeää ja merkityksellistä. Retriitissä on myös erityinen mahdollisuus viettää aikaa Jumalan kanssa ja tulla ravituksi tästä pyhästä yhteydestä.

Retriitissä on kaikille yhteistä ohjelmaa ja myös aikaa olla itsekseen luonnossa, hiljentyen yhteisissä tiloissa tai vaikka leväten omassa huoneessa. Retriittiin mahtuu mukaan 14 osallistujaa. Majoittuminen tapahtuu omissa huoneissa.

Retriitissä vietetään rukoushetkiä, joista osa on sydänrukousta eli hiljaista meditatiivista rukousta. Voit näinä aikoina

myös rukoilla oman hiljaisen rukousperinteesi mukaan, mikäli sinulla sellainen on. Retriitissä annetaan opetus sydänrukoukseen, eikä osallistujilla tarvitse olla siitä (tai muustakaan hiljaisuuden perinteestä) ennakkotietoja tai -taitoja.

Hinta viikonlopulle on 200 € työssäkäyville ja 100 € opiskelijoille, työttömille ja eläkeläisille. Osallistujille lähetetään sähköinen lasku retriitin jälkeen. Hintaan kuuluu yhteiskuljetus bussilla mennessä ja tullessa, majoitus omilla lakoilla ja täysihoito.

Ilmoittautuminen tuuli.aitolehti@evl.fi viimeistään viikkoa ennen retriittiä. Jos retriitti täyttyy etkä mahdu mukaan, voit jonottaa paikkaa, koska usein tapahtuu muutoksia lähtijöissä vielä ihan viime metreillä. Osallistajat saavat sähköisen retriittikirjeen pari viikkoa ennen retriittiin lähtemistä. Kirjeessä on tarkemmat aikataulutiedot ja muu tarvittava tieto.

Retriittiä ovat ohjaamassa hiljaisuuden retriitin ohjaajat, sydänrukouksen ohjaajat ja pastorit Tuuli Aitolehti ja Pirkko Olanterä.



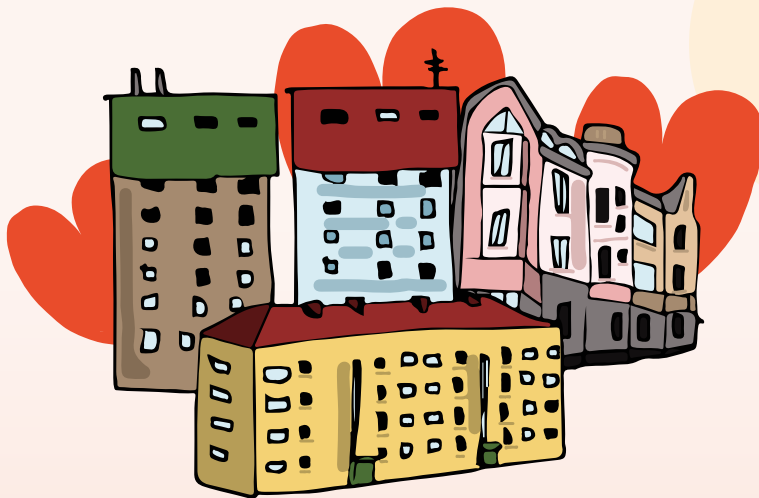
SYDÄNRUKOUKSEN KUUDEN TUNNIN OPETUSPAKETTI

**viikonloppuna la 14.12. klo 10-13
ja su 15.12. klo 12-15**

Haluatko oppia lisää sydänrukouksesta? Sydänrukouksen ympärille on syntynyt kansainvälinen Contemplative Outreach -yhteisö, joka opettaa sydänrukouksesta tietyn materiaalin ja tavan avulla. Suomessa tätä opetusta järjestää lähinnä seurakunnat. Paavalin seurakunnassa opetusta järjestetään nyt kolmatta kertaa.

Sydänrukousta opettaa Paavalissa Contemplative Outreachin mallin mukaan sydänrukouksen ohjaaja-opiskelijat.

Opetus tapahtuu Paavalinkirkon yläsalissa. Tarjolla teetä/kahvia. Opetus on maksuton ja avoin kaikille. Opetukseen voi osallistua useitakin kertoja, se muodostuu keskusteluiden myötä aina vähän erilaiseksi, ja siitä saa matkaevästä itselleen eri kohdissa omaa polkua. Tervetuloa!



HYVÄN MIELEN LAUANTAI -RETKI

Helsingin Taidehallille **la 24.8.** Lähtö Paavalinkirkon sisäpihalta klo 13. Ilmoittautumiset 30.7.–23.8. sade.kultanen@evl.fi/050 464 71 68. Retki on maksuton, osana Mielessä mukana projektia. Max. 20 hlöä. Liikumme julkisilla kulkuvälineillä.

HYVÄN MIELEN LAUANTAI -RETKI

Helsingin Taidehallille **la 23.11.** Lähtö Paavalinkirkon sisäpihalta klo 13. Ilmoittautumiset 21.10.–22.11. nina.liikala@evl.fi/050 322 8613. Retki on maksuton, osana Mielessä mukana projektia. Max. 20 hlöä. Liikumme julkisilla kulkuvälineillä.

OMAISHOITAJIEN ROVASTIKUNNALLINEN RETKI

Mathildedalin ruukkikylään Saloon **to 3.10. klo 9-17.** Hinta 20 € sis. matkat, opastuksen, lounaan ja kahvin. Ilm. ja lisätiedot 1.–20.9. diakoni Maija Åker p. 09 2340 6370

YMPÄRISTÖTUNTEIDEN ILTA 3.10.

Uutiset ilmasto- ja ympäristökriisistä, sodista ja pandemiosta herättävät monenlaisia vaikeita ajatuksia ja tunteita. Tervetuloa etsimään rennossa ilmapiirissä itselle sopivaa tasapainoa ympäristö- ja tulevaisuustunteiden myllerryksessä. Keskeistä työpajassa on luottamuksellisuus, kaikkien ryhmäläisten arvostus, oikeus puhua ja olla puhumatta. Voit tulla – juuri sellaisena kuin olet – viettämään iltaa yhdessä ja tutustumaan muihin samoja teemoja

pohtiviin! Työpajan ohjaavat Tunne ry:n asiantuntijat. Työpaja on maksuton. Ei ilmoittautumista.

LUOVAA RAAMATTU- TYÖSKENTELYÄ

la 19.10. klo 13–16

Paavalinkirkon yläsalissa. Tutustumme Raamatun teksteihin erilaisten menetelmien avulla. Mitään etukäteistietoja tai taitoja ei tarvita. Oleellista on vuorovaikutus Raamatun tekstin ja oman itsen kanssa. Ohjaajat Kirsti Hietalahti ja Riitta Kuusi ovat bibliodraamaohjaajia. Ilm. ja lisätiedot: kirsti.hietalahti@evl.fi tai p. 050 380 4184

GOSPEL DANCE

12.9.–7.11. Torstaisin,

joka toinen pariton viikko klo 18-19.

Ei ilmoittautumista. Maksuton. Gospel Dance on helppoa tanssillista liikuntaa monipuolisen, vauhdikkaan ja kosketavan kristillisen musiikin tahdissa. Musiikkina lattareiden lisäksi mm. country, charleston, soul. Tarvitset tunneille liikuntaan sopivat vaatteet, sisäliikuntakengät /lenkkarit ja vesipullon. Ohjaajana Mia Blomstedt.

LEMPEÄ LIIKUNTA

3.9. alkaen tiistaisin klo 13.15-14.

Maksuton

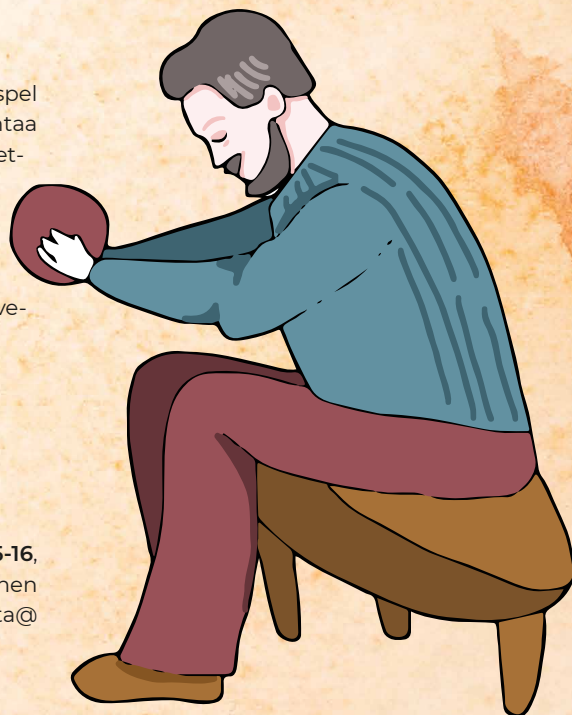
KEHONHUOLTO

4.9. alkaen keskiviikkoisin klo 15.15-16, oma alusta mukaan. Ilmoittautuminen 26.8. mennessä, birgitta.huhtalahta@evl.fi tai 0503804198.

Maksuton.

VALON LÄHTEELLE TANSSIEN JA MAALATEN

Meditatiivisen tanssin ja taideterapeuttisen työskentelyn työpajapäivä **la 9.11. klo 11-17** Paavalinkirkon Yläsalissa. Aamupäivällä Meditatiivista tanssia ohjaa tanssipedagogi, TM Tiina Sara-aho. Lounastauon jälkeen taideterapeutista työskentelyä, ohjaajana kuvataiteilija, sosionomi, taideterapeutti Lilli Kinnunen. Päivän päätteeksi klo 16 kaikille avoin tanssillinen messu Paavalinkirkossa. Päivän hinta 25 € sis. kevyen lounaan. Ilm. Arja Rannanpää-Kortelainen p. 050 377 4024 tai arja.rannanpaa-kortelainen@evl.fi





MEDITATIIVINEN TANSSI

Paavalinkirkon yläsalissa
9.9. – 16.12.2024

Syykausi 2024

maanantaisin klo 17.15-18.15

1. jakso: 9., 16., 23. ja 30. 9.
2. jakso: 7., 14., 21. ja 28.10.
3. jakso: 4., 11., 18. ja 25.11.
4. jakso: 1., 9. ja 16. 12. (15 €)

Maksu 20 € (4 kertaa), tutustumis-
kerta 6 €

Meditatiivinen tanssi on koko kehon rukousta musiikin ja liikkeen kera. Se on sekä mielen että kehon huoltoa. Piirissä tehtävät liikesarjat ovat pääosin yksinkertaisia, erityisiä tanssitaiteja ei tarvita. Sopii murrosikäisistä ikääntyneisiin ja vauvoille kantoliinassa aikuisen mukana. Vaikeusaste pysyy samana eri jaksoilla. Ilmoittautumiset ja tiedustelut: Ohjaaja tanssipedagogi, TM Tiina Sara-aho saraaho@gmail.com tai p. 050 490 6014 lisätietoja: www.meditatiivinenpyhatanssi.com

Puhkea kukkaan –konferenssi

la 16.11. klo 13.00-19.30
Paavalinkirkolla

KLO 13.00 KokoNaisia runoja ja lauluja naisen elämästä.

Eri-ikäiset naiset esittävät Anna-Mari Kaskisen runoja.

Musiikista vastaa Naiskuoro Luminosa johtajanaan

Krista Pellikka. Työpajojen esittely.

Työpajoja: Häpeästä vapauteen, pyhiä tansseja, ylistystanssia, kirjoituspaja sekä kuorolaulupaja.

14.00 Työpajat

15.00 Kahvi

15.30 Työpajat

16.30 Päivällinen alueen ravintoloissa tai omien eväiden syömistä Paavalinkirkolla

18.00 Pimeydestä valoon –iltatilaisuus. Virpi Kätkän puhe, musiikki CatCat eli

Virpi ja Katja Kätkä.

Yhteislaulua ja tanssiesitys.

Mahdollisuus rukouspalveluun.

Iltatilaisuuteen ovat kaikki tervetulleita sukupuolesta riippumatta.

Päivä on ilmainen.

Ei ilmoittautumista.

LISÄTIETOJA

elina.koivisto@evl.fi.

tai Elina 050 322 1738.



**Muskareissa lauletaan,
soitetaan, kuunnellaan
musiikkia ja liikutaan
musiikin tahdissa.**



Ryhmien kokoontumiset Paavalinkirkolla. Vko 42 ryhmät eivät kokoonnu.

VAUVAHIERONNAN KURSSIPÄIVÄ

ti 20.8. klo 10. Mukaan vauvalle pyyhe, alusta, öljy. Maksuton. Ei ilm.

SULOISTA URKUMUSIIKKIA VAUVOILLE

Paavalinkirkossa 27.9. klo 10

Vauvan päivän ihana musiikkihetki. Nauti lempeistä urkujen sävelistä vauvasi kanssa kirkkosalissa. Urkumusiikkia klo 10.30 saakka ja kahvitella voit klo 11 saakka. Paikalla varhaiskasvatuksen työntekijä.

PYHÄINPÄIVÄN TAPAHTUMA

Hietaniemen hautausmaalla 2.11.

Hietaniemen hautausmaalle voit tulla hiljentymään, rauhoittumaan ja tunnelmoimaan pyhäinpäivän kunniaksi. Lapset voivat kiertää mm. rastiradan. Tarkemmat tiedot nettisivuilta tapahtumaa ennen.



VIKKOTOIMINTA

Ryhmien kokoontumiset
Paavalinkirkolla
(vko 42 ryhmät eivät kokoonnu)

Muskarit 0-3-vuotiaille
Maanantaisin ja torstaisin 26.8.-12.12.
Paavalinkirkolla

Ilmoittautuminen syksyn ryhmiin
1.8. alkaen nettisivujen kautta:
helsinginseurakunnat.fi/paavali
Muskaritoiminta maksaa 40 €/syys-
kausi. Ilmoittautuminen on sitova.

Vauva- ja tenavamuskareissa lauletaan, soitetaan, kuunnellaan musiikkia ja liikutaan musiikin tahdissa Päivi Lindbergin ohjauksessa. Ryhmien ikärajat ovat suuntaa-antavia. Ilmoittautumislinkit ovat avoimena 31.10. saakka, ajankohtaiset tiedot nettisivujen ilmoittautumisen kautta.

Vauvamuskarit

0-1-vuotiaille

- ma klo 13.00-13.30, kirkkosali
- ma klo 14.45-15.15, **KIRKKOMUSKARI**
Kirkkomuskarissa pääset nauttimaan kirkkotilasta aivan erityisesti; Miltä tilassa kuulostaa, näyttää ja tuoksuu? Tule aistimaan tätä kaikkea laulun ja soiton keinoin yhdessä vauvasi kanssa
- to klo 9.45-10.15, seurakuntasali
- to klo 10.30-11.00, seurakuntasali
- to klo 12.45-13.15, seurakuntasali
- to klo 13.30-14.00, seurakuntasali



Tenavamuskarit

1-3-vuotiaille

- to klo 11.15-11.45, seurakuntasali
Muskarit 0-3-vuotiaille ("sisarusryhmät", avoin muillekin 0-3-vuotiaille)
- ma klo 13.45-14.15, kirkkosali
- to klo 14.15-14.45, seurakuntasali
- to klo 14.45-15.15, seurakuntasali

Sylivauvat-ryhmä

tiistaisin klo 9.30-11

Ryhmä 1: 10.9.-29.10.

Ryhmä 2: 5.11.-10.12.

Ryhmä on tarkoitettu ensimmäisen lapsen saaneille äideille ja heidän vauvoilleen. Vertaisten kanssa keskustellaan uuden elämäntilanteen herättämistä kysymyksistä ja kokemuksista. Teemoja mm. äidin identiteetti, suhde vauvaan ja vauva-arki. Ryhmästä iloa ja voimia arkeen; tule mukaan!

Tarjolla pientä aamupalapurtavaa ja kahvia/teetä. Ryhmän ohjaajana seurakunnan varhaiskasvatuksen työntekijät. Maksuton. Ryhmään ilmoittaudutaan ennakkoon: tuija.heinonen@evl.fi.

VIKKOTOIMINTA JATKUU

**Perhekahvila**

torstaisin klo 9–11,
avoinna 29.8. alkaen

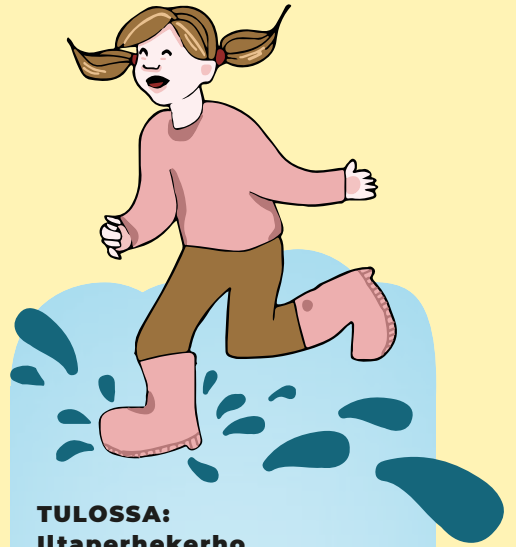
Yhdessäoloa, tekemistä ja leikkiä sekä helppoa ohjelmaa lapsille ja perheille. Tarjolla pientä syötävää. Avoin kaikille, ei ennakkoilmoittautumista, voit tulla silloin kun sinulle sopii. Perhekahvila kokoontuu Paavalinkirkolla.

Vallilan perheaamu
perjantaisin klo 10–11,
avoinna 30.8. alkaen.

Tule lapsesi kanssa viihtymään ihanan rauhalliseen perheaamuun. Tilaa ja leluja leikeille ja rennolle olemiselle. Vaihtuvia teemoja, mm. tempurata, satutäti ja askarteluja. Kokoontumiset Perhetalo Sahramissa (Kangaslantie 11). Kaikille avoin, ei ennakkoilmoittautumista. Tarjolla kahvia. Yhteistyössä Perhetalo Sahramin kanssa.

Kalasataman perheaamu
maanantaisin klo 9.30–11, 2.9. alkaen.

asukaskerhotila Sintissä (Kalasatamankatu 20) Perheille mahdollisuus kokoontua omaan yhteisölliseen olohuoneeseen. Lapset ja vanhemmat tervetuloa. Leikkittilaa ja tarjolla kahvia/teetä. Järj. Paavalin ja Kallion seurakunta yhteistyössä.

**Yhdessäoloa,
tekemistä ja leikkiä
sekä helppoa
ohjelmaa lapsille ja
perheille.****TULOSSA:**
Iltaperhekerho
maanantaisin klo 17–19

Paavalinkirkolla,
aloitus loka/marraskuussa.

Syksyn iltoihin iloa ja helppoa tekemistä. Tervetuloa rentoon kerhoon yhdessä lapsen kanssa. Iltapala tarjolla klo 18.30 saakka. Maksuton, ei ennakkoilmoittautumista, tule silloin kun sinulle sopii. Tarkan aloituspäivämäärän ja tiedot löydät nettisivuiltamme.

TULOSSA!



PARTIOLIPPUKUNTA KULMAN KIERTÄJÄT

Kiinnostaisiko uusi harrastus?

Kulman Kiertäjät (KulKi) Vallilassa Paavalin seurakunnan tiloissa, Sammatintie 5.

Meillä kokoontuu viikoittain useampi eri-ikäisten ryhmiä:

- Sudenpennut (7–9-vuotiaat): Lumimansikat ja Tipuhait
- Seikkailijat (10–11-vuotiaat): Pandahaukat
- Tarpojat (12–15-vuotiaat): Kävyt & Kävyttäjät
- Samoajat (15–17-vuotiaat): Saukot ja Harmaakarhut
- Samoaja-/vaeltajavartio (16–18-vuotiaat) Sopolimursut

1-2krt/kk kokoontuvat

- Vaeltajat (18–21-vuotiaat) Ankat
- Aikuispartio (+22-vuotiaat) Starhut

Syksyllä käynnistyy uusi sudenpentulauma 1. luokkalaisille!

Kokousajat löytyvät kulki.fi/lippukuntalaisille/kokousajat/

**Tervetuloa kaikki
uudet ja vanhat
partiolaiset!**



**LISÄTIETOJA SAA
ROHKEASTI KYSELLÄ
SÄHKÖPOSTILLA**

*sihteeri@kulki.fi tai
lpkj@kulki.fi*

MEIDÄT LÖYTÄÄ MYÖS

 @kulmankiertajat

ILTAPÄIVÄKERHO

Paavalin seurakunta järjestää koululaisten (1.–2.lk) iltapäivätoimintaa yhteistyössä Helsingin kaupungin kasvatuksen ja koulutuksen kanssa. Kerhossa vietetään turvallista ja mukavaa iltapäivää koulupäivinä: leikitään, askarrellaan, liikutaan, levätään, pelataan ja syödään välipalaa. Lisäksi ulkoilemme joka päivä.

Syksyn ryhmään haku on ollut keväällä. Hakemusajan ulkopuolella voit tehdä vielä hakemuksen ja se käsitellään lukuvuoden jo alettua. Jos haet hakuajan ulkopuolella, paikan saaminen ei ole varmaa. Haku koordinoi ja paikoista päättää Helsingin kaupungin kasvatuksen yksikkö. Lisätietoja Paavalin iltapäiväkerhosta voit kysyä: tuija.heinonen@evl.fi

ALAKOULUIKÄISTEN LEIRI

Korpirauhassa **27.–29.9.**

Töölön, Kallion, Paavalin seurakuntien ja Tuomiokirkkoseurakunnan yhteinen leiri. Leirillä yövytään 4 hengen huoneissa. Leirillä on ohjelmaa sisällä ja ulkona. Lisäksi mahdollisuus saunoa ja pulahtaa uimassa.

Leirin hinta on 60 €/leiriläinen. Leirimaksu kattaa kuljetuksen, ohjelman, ruuat ja tapaturmavakuutuksen.

Ilmoittautuminen ja lisätiedot löydät osoitteesta <https://tiny.cc/paavalinjunnuleirit>

LISÄTIETOJA

antaa nuorisotyönohjaaja

Ann-Marie Ahlsten

p. 050 375 8604 (myös WhatsApp)

tai ann-marie.ahlsten@evl.fi



RIPARIT 2025

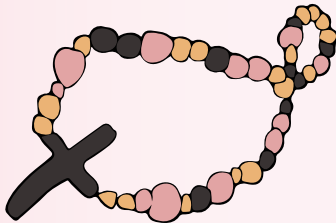
Paavalin seurakunnassa järjestetään kesällä 2025 kuusi riparia, joista yksi on päiväripari ja viisi leirimuotoisia.

Paavalin seurakunnan jäsenille, jotka täyttävät vuonna 2025 15 vuotta lähetetään syyskuun aikana kutsukirje riparille. Kirje lähetetään myös nuorille, jotka eivät olleet tänä vuonna riparilla. Riparin voi käydä omien luokkatovereiden kanssa samaan aikaan myös 14-vuotiaana tai 16-vuotiaana.

Riparille voi ilmoittautua, vaikka ei olisi tällä hetkellä tai koskaan ollut seurakunnan jäsen. Riparilla pääsee tutustumaan kristinuskoon, itseen ja muihin samankäisiin.

RIPARI-INFO

riparilaisten huoltajille ja riparilaisille pidetään Paavalinkirkolla **2.10. klo 18** alkavan puolen tunnin messun jälkeen. Ennen infoa on mahdollista käydä iltaruualla alasalissa.



RIPARIVAIHTOEHDOT:

PÄIVÄRIPARI

oman ryhmän päivä 24.5.
ripariviikko 30.6.–4.7. Paavalinkirkolla
konfirmaatio 6.7.

Vuoden 2025 ripareille ilmoittaudutaan seurakunnan nettisivujen kautta 1.-31.10., jonne pääset lyhytsoitteella <https://tiny.cc/paavalinriparit>

Rippikoulun hinta on leireillä 210€ ja päiväriparilla 80€. Riparimaksusta voi hakea alennusta tai vapautusta laittamalla sähköpostin osoitteeseen ann-marie.ahlsten@evl.fi

LEIRIT:

Savonlinna

omanryhmän päivä 3.5.
leirijakso 2.–9.6., konfirmaatio 15.6.

Wanha Karhumäki

oman ryhmän päivä 4.5.
leirijakso 9.–16.6., konfirmaatio 29.6.

Vanha Tuusjärvi

oman ryhmän päivä 10.5.
leirijakso 7.–14.7., konfirmaatio 20.7.

Porkkala


oman ryhmän päivä 17.5.
leirijakso 14.–21.7., konfirmaatio 27.7.

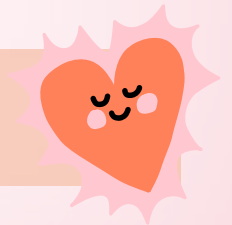
Lohiranta

oman ryhmän päivä 18.5.
leirijakso 28.7.–4.8., konfirmaatio 10.8.

LISÄTIETOJA RIPAREISTA VOIT KYSYÄ

nuorisotyönohjaaja AnMa, Ann-Marie Ahlstenilta
p. 050 375 8604 (myös WhatsApp) tai ann-marie.ahlsten@evl.fi

 @uskotoivorento #paavalinriparit



Nuortenilloissa
on yhteistä ohjelmaa
ja tarjolla myös
iltapalaa.



Syysstartti

sunnuntaina 8.9. klo 17-20
Paavalinkirkolla.

Luvassa riparifiilistelyä,
tarjoilua ja riparilta
tuttuja veisuja.

” Miten menee nuori? Tervetuloa juttelemaan.

SÄÄNNÖLLINEN TOIMINTA

TOIVOnuortenilta

tiistaisin (17.9.–10.12.,
ei syyslomaviikolla 15.10.) klo 17-20

Paavalinkirkolla nuortentilassa pohja-kerroksessa.

TOIVOnuortenillassa on yhteistä ohjelmaa klo 18 alkaen, jonka jälkeen tarjolla iltapalaa. Iltaan sisältyy myös vapaata olemista. Ilta päättyy Herran siunaukseen.

Spesiaaliohjelmaa nuortenillan paikalla

24.9. klo 18-20 isosapparitoiminnan startti

22.10. osallistumme Tuomiokirkossa järjestettävään nuorteniltaan.

RENTOnuortenilta

parillisten viikkojen sunnuntaisin (22.9., 6.10., 3.11., 17.11. ja 1.12.) klo 17-20

Paavalinkirkolla nuortentilassa pohja-kerroksessa.

RENTOnuortenilloissa on sekä yhteistä ohjelmaa, että aikaa vapaalle tekemiselle. Tarjolla iltapalaa tai yhdessä valmistettu ateria. Ilta päättyy Herran siunaukseen.

MUUTA

JATKORIPARI

13.–15.9. Korpirauhassa

JatkoRiparilla tehdään ripareilta tuttuja asioita: leikitään, lauletaan veisuja, pysähtytään hartauksiin, kisaillaan, saunotaan ja uidaan. Leirin hinta on 60 € (kattaa kuljetuksen, ohjelman, ruokailut, majoituksen omilla lakanoilla ja tapaturmavakuutuksen). JatkoRiparilla ovat tervetulleita vuoden 2024 riparilaiset, isokset ja apparit. Ilmoittautuminen nettisivujen kautta 12.8. klo 8 alkaen. Nettisivuille pääset lyhytlinillä <http://tiny.cc/uskotoivorento>

YÖNUORTENILTA

perjantai-illasta lauantaiamuun 11.–12.10. klo 19-7.

Yönuorteniltaa suunnitellaan yhdessä osallistujien ja nuorten vaikuttajaryhmän kanssa. Ilmoittautuminen tapahtuu lupalapulla syyskuussa.

JOULULEIRI

13.–15.12.

Korpirauhan leirikeskuksesta yhdessä Kallion ja Töölön seurakuntien nuorten kanssa. Leirin hinta on 60 € (kattaa kuljetuksen, ohjelman, ruokailut, majoituksen omilla lakanoilla ja tapaturmavakuutuksen). Tarkemmat tiedot ja ilmoittautumislinkki päivitetään nettisivuille lokakuussa.

ISOSAPPARITOIMINTA

Startti tiistaina 24.9. klo 18-20 Paavalinkirkossa. Ennen starttia klo 17-17.45 on tarjolla pientä iltapalaa. Isosapparitoiminnan startissa mukana tarinankervoja Kiisi Isotalo. Isosapparitoimintaan voivat osallistua riparin käyneet nuoret.

Syksyn koulutuskerrat nuortenillan yhteydessä

1) tiistai 29.10. klo 18-19 TAI

sunnuntai 3.11. klo 17-18

2) tiistai 26.11. klo 18-19 TAI

sunnuntai 1.12. klo 17-18

Samalla viikolla olevissa koulutuksissa on sama teema, voit valita tuletko tiistaina vai sunnuntaina.

Tulossa isosapparitoiminnassa keväällä 2025 mm.

Isosapparileiri 17.–19.1.,
riparisunnuntai 26.1.

TULOSSA!

MITEN MENE NUORI?

Tule kertomaan päällimmäiset kuulumiset tai muuten yleisfiilikset. Tervetuloa juttelemaan. Varaa oma keskustelu aika AnMalle.

Lisätietoja antaa nuorisotyön ohjaaja AnMa, Ann-Marie Ahlsten p. 050 375 8604 (myös WhatsApp) tai ann-marie.ahlsten@evl.fi



@uskotoivorento

Lisäksi tavoitat Ann-Marien WhatsAppin kautta.

Pääosin
toimintaan osallistuu
alle 30-vuotiaita
tyyppejä.



” Toiminta on tarkoitettu viimeistään vuonna 2025 18 vuotta täyttävälle.

Paavalin seurakunnan nuorten aikuisten toiminta on tarkoitettu viimeistään vuonna 2025 18 vuotta täyttävälle. Pääosin toimintaan osallistuu alle 30-vuotiaita tyyppejä.

NUORTEN AIKUISTEN ILLAT
torstaisin 12.9.–28.11. (ei 17.10.) klo 17-20
Torstai -illat Paavalinkirkon nuortentilassa on varattu nuorille aikuisille.

Nuorten aikuisten illoissa on vapaamuotoista ohjelmaa. Joka kerta tarjolla on iltapalaa ja välillä valmistetaan ruokaa yhdessä.

3.10. Nuorten aikuisten illan paikalla Ympäristötunteiden ilta kts. Hyvinvointi-osio

NUORTEN AIKUISTEN RETKI
sunnuntaina 17.11.

Maksuton retki osana Mielessä mukana projektia. Tarkemmat tiedot ja ilmoittautumisohjeet löydät nettisivulta noin kuukausi ennen retkeä. Retki on muuten maksuton, mutta jokainen osallistuja tarvitsee AB-vyöhykkeiden lipun.

NUORTEN AIKUISTEN YÖNUORTENILTA
5.–6.12.

Valvotaan koko yö Paavalinkirkolla. Lu- vassa ainakin piilosta pimeässä, ruu- anlaittamista ja pelailua. Tarkempaa ohjelmaa suunnitellaan syksyn nuor- ten aikuisten illoissa. Ilmoittautuminen marraskuussa.

Tulossa! Nuorten aikuisten **Lepoo-leiri 21.–23.2.2025** Lohirannassa. Tarkemmat tiedot ja ilmoittautumis- linkki tulevat nettisivuille joulukuun alussa.



@uskotoivorento

Lisäksi tavoitat Ann-Marien WhatsAppin kautta.

Miten menee?



MITEN MENEE NUORI AIKUINEN?

Tule kertomaan päällimmäiset kuulumiset tai muuten yleisfiilikset. Tervetuloa juttelemaan. Varaa oma keskusteluaika AnMalle.

LISÄTIETOJA NUORTEN AIKUISTEN TOIMINNASTA

antaa nuorisotyönohjaaja AnMa, Ann-Marie Ahlsten
p. 050 375 8604
(myös WhatsApp) tai
ann-marie.ahlsten@evl.fi



Kun tarvitset tukea
tai haluat pohtia
elämäntilannettasi ja
erilaisia elämän kysymyksiä,
seurakuntamme
diakoniatyöntekijät
ja papit ovat
käytettävissäsi.



**DIAKONIAN NEUVONTA
JA AJANVARAUS**

p. 050 433 9846

PAPPI TAVATTAVISSA

To 5.9. alkaen Paavalinkirkossa
torstaisin klo 16-18.

SURURYHMÄ

läheisensä menettäneille **12.9.–21.11. joka toinen torstai klo 18-19.30** Paavalinkirkon yläsalissa. Vetäjinä pastorit Arja Rannanpää-Kortelainen ja Juha Valkeapää. Ilmoittautuminen Paavalin kirkkoheranvirastoon p. 09 2340 5400 tai paavali.srk@evl.fi Ryhmän vetäjä soittaa ilmoittautuneille vielä ennen ryhmän alkua.

LUOVUUS VOIMAVARANA -KASVURYHMÄ

7.10.–18.11. klo 13-15 Paavalinkirkon alasalissa. Yht. 6 kertaa (**tauko 21.10**). Ryhmässä luetaan valmiita tekstejä, katsotaan kuvia ja kirjoitetaan itse, pastori, kirjallisuusterapiaohjaaja Tuula Paasivirran johdolla. Hän haastattelee ryhmään tulijat **viikoilla 37-39**. Ryhmään otetaan 6-8 osallistujaa. Ei vaadi aiempaa kirjoittamiskokemusta. Menetelmänä monipuolisesti kirjallisuusterapia ja tutustutaan kuvailutulkkaukseen. Tule kirjoittamaan, jakamaan ja keskustelemaan yhdessä toisten kanssa. Maksuton ryhmä. Tied. ilm. ja puhelinhaastattelut Tuula Paasivirta 040 556 9079 tai ext-tuula.paasivirta@evl.fi. (huomaa etuliite)

YHTEISVOIMIN NEPSYARKEA -VANHEMPIENRYHMÄ

8.10.–3.12. klo 17.30-19.30.
– jäsentelyä kaaokseen nepsylasten vanhempien vertaistukiryhmässä.

Vertaistukiryhmä on suunnattu peruskouluikäisten 7–14-vuotiaiden nepsy-piirteisten lasten vanhemmille, jotka tarvitsevat tukea ja vertaisuutta omaan jaksamiseen ja omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen. Ryhmän antina on

myös saada ohjaajalta ja ryhmäläisiltä käytännön vinkkejä mm. toiminnanohjaukseen, tarkkaavaisuuteen sekä vuorovaikutukseen. Näiden avulla voisi luoda omasta arjesta helpottavampaa.

Ryhmän teemana on jakaminen, jaksaminen ja hyvinvointi vanhempainaan. Saat tietoa, keskustelua, vinkkejä ja kuuntelemista vertaistuesta sekä ohjaajilta. Olet tervetullut mukaan myös itse nepsypiirteisenä.

Ryhmään otetaan maksimissaan 10 osallistujaa. Ryhmään voitte tulla joko yksin tai parina. Kokoonnumme joka toinen tiistai kahden tunnin ajan Paavalinkirkolla yläsalissa yhteensä 6 kertaa. Viimeinen kokoontuminen on seurantakerta, jossa keskustellaan mihin suuntaan arki on lähtenyt ja miten vertaistuki omaan elämään on vaikuttanut. Seurantakerran ajankohta sovitaan ryhmässä. Ryhmä on luottamuksellinen ja maksuton.

Ryhmää ohjaa psykiatrinen sairaanhoitaja ja ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmentaja Peppina Tuulispää. Mukana myös Paavalin pappi Arja Rannanpää-Kortelainen.

Ilm. ja tied. Arja Rannanpää-Kortelainen, p. 050 377 4024 tai arja.rannanpää-kortelainen@evl.fi Sähköpostilla ilmoittautuessasi jätä myös puhelinnumerosi pientä haastattelua varten ennen ryhmän alkua.

VERTAISTUKI-ILTA ITSEMURHAN TEHNEIDEN LÄHEISILLE

lauantaina 19.10. klo 17-19.

Ei ilmoittautumista. Järjestäjänä Surunauha ry. Tiedustelut nina.liikala@evl.fi/050 322 8613



APUA PARISUHTEEN ONGELMISSA JA KRIISITILANTEISSA

Helsingin seurakuntien perheneuvontaa auttaa ja tukee parisuhteeseen ja perheeseen liittyvissä ristiriitatilanteissa. Paavalin papeista Arja Rannanpää-Kortelainen ja Juha Valkeapää tekevät perheneuvontaa osana työnkuvaansa. Keskusteluajoja voi tiedustella Helsingin seurakuntayhtymän perheneuvonnasta Kallion tiimin vastaanottosihteeriltä p. 09 2340 2555 ma-pe klo 9-12. Runsaan kysynnän vuoksi perheneuvontaa ei pystytä tarjoamaan kaikille, mutta sihteerin kanssa voitte arvioida tilannettanne. Lisätietoja parisuhteen ja perheiden tuesta www.helsinginseurakunnat.fi/artikkelit/perheneuvonta_1

Sivulta löytyy myös maksuton

Pari Tunnetta

-nettiparisuhdekurssi parisuhteen tueksi.

Osoite kurssiin: paritunnetta.fi



VAPAAEHTOISTEHTÄVIÄ

Haluaisitko antaa osaamistasi ja aikaasi alueen asukkaiden hyväksi? Tässä joitakin vapaaehtoistehtävistämme.

KIRKON PÄIVYSTÄJÄT mahdollistavat kirkon ovien pitämisen auki arkipäivisin. Yksi vuoro kestää kaksi tuntia, ja vuoroja on joka toinen viikko samana viikonpäivänä. Lisätietoja pastori Petri Flinck 050 380 4164 / petri.flinck@evl.fi

SUNNUNTAIN KIRKKOKAHVIT etsivät keittäjää! Tahtoisitko sinä tulla noin 1-2 kertaa kuukaudessa keittämään kahveja ja tarjoilemaan niitä sekä olemaan lisäksi suntion apuna kolehdin keräämisessä? Tiedustelut juha.valkeapaa@evl.fi / 050 380 4162

LÄHIMMÄISPALVELU etsii ihmisiä, jotka tahtoisivat käydä tervehtimässä ikäihmistä noin 1-2 kertaa kuukaudessa. Tarve on myös satunnaiselle saattoavulle. Olisiko tämä sinulle luonteva tapa olla avuksi? Tiedustelut kirsti.hietalahti@evl.fi / 050 380 4184.

SUKKATUNTIIN ovat lämpimästi tervetulleita kaikki käsitöistä kiinnostuneet, myös aloittelijat. Teemme lahjoitettaviksi ja myytäväksi monenlaista päällelepantavaa. Kokoonnumme keski-viikkoisin Paavalinkirkossa. Tiedustelut tuuli.aitolehti@evl.fi / 050 3480 357

ISOSEKSI TAI APPARIKSI ripareille? Riparin käyneet nuoret voivat ilmoittautua mukaan isosapparitoimintaan. Tiedustelut ann-marie.ahlsten@evl.fi / 050 375 8604

SUNNUNTAIN MESSUISSA on vapaaehtoisia messuavustajia lukemassa tekstejä, rukoilemassa ja jakamassa ehtoollista. Olisitko sinä tästä kiinnostunut? Lähempiä tietoja Juha Valkeapäältä, juha.valkeapaa@evl.fi / 050 380 4162

YSTÄVYYDENKAHVILAN rennossa ilmapiirissä vapaaehtoiset keittävät kahvit ja laittavat tarjoilut esille. Vapari-vuoron voit ottaa silloin kun sinulle sopii. Tiedustelut kirsti.hietalahti@evl.fi / 050 380 4184

ILTARUOKA on suosittu vegaaninen yhteisöruokailu, jossa vapaaehtoiset huolehtivat kahvinkeitosta ja tarjoiluista. Vapari-vuoron voit valita aikataulujesi mukaan. Tiedustelut nina.liikala@evl.fi / 050 322 8613.

KASTESUKKIA PIKKULAPSILLE

Pidätkö käsitöistä? Tule mukaan neulomaan vauvasukkia lahjoitettavaksi seurakunnassa kastettaville vauvoille. Paavalissa kastetaan vuosittain lähes 150 lasta ja tavoitteena on antaa seurakuntalaisten lahjana jokaiselle pienet sukat. Sukkia voi tehdä omalla ohjeella tai noutaa kirkkoherranvirastosta Martta-sukkien ohje. Koko on n. 70-80 -senttiselle vauvalle, että eivät jää aivan heti pieniksi.

Virastosta saa myös valkoista ja luonnonvalkoista lankaa. Omilla langoilla voi antaa luovuuden kukkia. Valmiit sukat palautetaan virastoon, diakoniatyöntekijöille tai suntioille. Jätä sukkia palauttaessasi yhteystietosi, että sinut voidaan liittää seurakunnan vapaaehtoistemme rekisteriin. Lisätiedot Arja Rannanpää-Kortelainen, arja.rannanpaa-kortelainen@evl.fi / 050 377 4024.

Onko sinulla jokin taito ja into olla jakamassa taitoa myös muille. Ota rohkeasti yhteyttä meihin ja kerro oma ideosi vapaaehtoistehtäväksi. Löydät yhteystietomme viereiseltä sivulta.



Työntekijät

Työntekijöiden sähköpostit ovat muotoa etunimi.sukunimi@evl.fi

Kirkkoherra

Kanala Kari 050 433 9898

Seurakuntapastorit

Aitolehti Tuuli 050 348 0357
 Flinck Petri 050 380 4164
 Koivisto Elina 050 322 1738
 Kopperoinen Petja 050 380 4183
 Rannanpää-Kortelainen Arja 050 377 4024
 Valkeapää Juha 050 380 4162

Diakoniatyöntekijät

Huhtaluhta Birgitta 050 380 4198
 Hietalahti Kirsti 050 380 4184
 Kultanen Säde 050 464 7168
 Liikala Nina 050 322 8613

Seurakuntas sihteeri

Similä Nea 09 2340 5400

Varhaiskasvatuksen työntekijät

Heinonen Tuija 050 380 4194
 Kormilainen Anni 050 380 4185
 Merta Vilma 050 380 4148
 Seppänen Anne 050 345 8058

Nuorisotyönohjaaja

Ahlsten Ann-Marie 050 375 8604

Kanttori

Pellikka Krista 050 380 4167

Suntiot

Leskelä Riitta 050 380 4178
 Linnajärvi Ritva 050 380 4178
 Suomela Inkeri 050 380 4143

Alueviestijä

Patronen Sirpa 09 2340 2609



PAAVALINKIRKKO

on avoinna ma klo 11-13 sekä ti-to klo 11-15.

Lisäksi to 5.9. alkaen pappi tavattavissa kirkossa torstaisin klo 16-18. Tule hiljentymään tai tutustumaan Paavaliin kirkkoon.

KIRKKOHERRANVIRASTO

Avoinna ma klo 10-14, ke klo 12-17 ja to klo 10-14. 09 2340 5400, paavali.srk@evl.fi
 Päivystävä pappi tavoitettavissa viraston aukioloaikoina p. 09 2340 5402.

Viraston ja Paavaliin kirkon osoite on Sammatintie 5, 00550 Helsinki

Mitä toivoisit Paavalin seurakunnan tekevän?

Mikä on tärkein tehtävämme? Vastaa kyselyyn ja auta meitä kehittämään toimintaamme oikeaan suuntaan.

Vastanneiden kesken arvomme erityisen palkinnon; voittajan käyttöön oman valinnan mukaan kirkkosali tai vaihtoehtoisesti seurakuntasali ja kakkubuffet 80 hengelle.

TERVETULOLO MUKAAN MYÖS

avoimeen strategiatyöpajaan Paavalinkirkossa tiistaina 10.9. klo 17-19.



Pääset vastaamaan kyselyyn tässä osoitteessa:
<https://tiny.cc/paavali>

LISÄTIETOA
TOIMINNAS-
TAMME

NETTISIVUILTA OSOITTEESTA

helsinginseurakunnat.fi/paavali

KIRKKO JA KAUPUNKI -LEHDESTÄ

SOSIAALISESTA MEDIASTA:

-  /paavalinseurakunta
-  @PaavaliSrk
-  @paavalinseurakunta

OSOITTELÄHDE: Kirkon jäsenrekisteri. Yksi esite/talous. Valintakriteerinä on ikä (vanhin taloudessa).



PAAVALIN SEURAKUNTA
KIRKKO HELSINGISSÄ

ILME Jani Käsmä www.kasma.fi **KUVAT** pääsääntöisesti valokuvat Kirkko Helsingissä -kuvapankki, lukuunottamatta: s. 2 Jani Laukkanen, s. 3 sivunumeron mukaan (4) Kirkon kuvapankki/Sanna Krook (Neon 2) Marek Sabogal (28) Jussi Vierimaa, s. 4-6 Jussi Vierimaa, s. 11 Freepik.com, s. 16 Freepik.com, s. 17 CatCat, s. 21 Marjut Alitalo, s. 22 Freepik.com, s. 30 Jani Laukkanen, s. 31-32 Jussi Vierimaa, kuvitus-kuvat, s. 30 Kirkon kuvapankki/Juuso Westerlund, s. 31 Jussi Vierimaa ja s. 32 Jani Laukkanen. Kaikki kuvituskuvat Kirkko Helsingissä/Sari Pelho ja Hanna-Riikka Heikkilä, lukuunottamatta s. 23 (sydän, ryhmä, nuotit) Sanni Wessman