

2018年

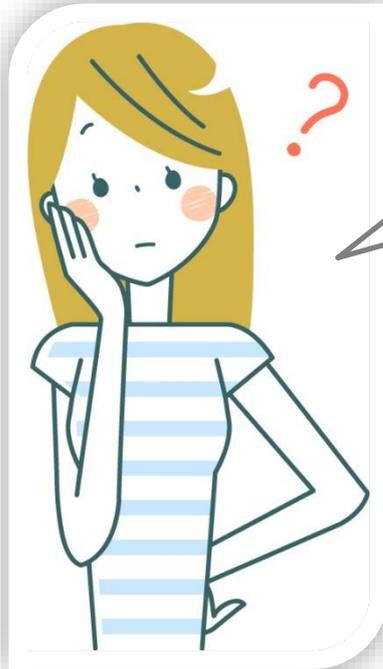
# こころのケア講座

登米

～人間関係の傷つきからの回復をめざして～

無料

DVやいじめ、セクハラ、パワハラ、子どもの頃の虐待など人間関係で傷ついた人のこころの回復のための講座です。講座の中では、参加者が個人的な体験を話す場面はありません。話を聴くことと資料への書き込みをすることで、傷つきと癒しに向き合う内容です。NPO法人ハーティ仙台がNPO法人レジリエンスのプログラムを元にお伝えします。



わたしがわるいのかな？ なんだか自信がもてない

連続講座ではないので、途中回だけの参加もできます。関心のある方、支援者、どなたでも参加できます。毎回最後に持ち帰りのできる小物を作って心の癒しにつながります。託児以外はお申込みがなくても参加できますので、時間までに会場へお越しください。



託児を希望される場合は、6日前(前の週木曜)までに電話でお申込みください。

(無料ですが、場合によっては定員もあります。早めにお申し込みを)

申込先：宮城県東部保健福祉事務所 登米地域事務所 母子・障害班

電話：0220-22-6118



時間 13時30分～15時30分

開催日	テーマ	会場
6月20日 (水)	DV・トラウマを理解する ～まず、知ることからケアがはじまる～	県登米合同庁舎 保健所棟3階 西側会議室
7月18日 (水)	暴力…いろいろな種類がある ～精神的暴力・モラルハラスメント～	
9月19日 (水)	トラウマに対応する方法 ～わたしにできることを見つけよう～	
10月17日 (水)	人との境界線とコミュニケーション ～健全な関係を考える～	
11月21日 (水)	育った環境・子どもへの暴力の影響 ～安心・安全な家庭環境とは？～	
12月19日 (水)	自尊心をとりもどす ～わたしの力を実感する～	

運営団体：NPO法人ハーティ仙台 <https://www.hearty-sendai.com>

