

# きらきら星の会 2019年

## ～わたしが元気になるために～



人間関係で傷ついた経験のある当事者の女性のための会です。  
回復のためのこころのケア講座をもとに、「わたし」をゆっくり自分自身で元気にしませんか。感じたこと、考えたことを質問することもできます。今まで抱えていた重荷を降ろして、整理ができる場になればと思っています。  
毎回、持ち帰りのできる アート小物を作ります。

ハーティ仙台

テーマ	日程	時間	場所:エル・パーク仙台
DV・トラウマを理解する	5月4日(土祝)	13:30-15:50 	セミナー室
「世間の粹」とわたしらしさ	6月1日(土)		
身体的暴力・性暴力	7月6日(土)		
精神的暴力・モラルハラスメント	8月3日(土)		
トラウマに対応するツール	9月7日(土)		
境界線	10月5日(土)		創作アトリエ
コミュニケーション	11月2日(土)		セミナー室
パートナーシップ	12月7日(土)		
Bさん(加害者)とは	2020年1月11日(土)		
育った環境・子どもへの暴力の影響	2月1日(土)		13:30-15:50
自尊心	3月7日(土)		

※ 連続ではないので、1回だけ、途中回からの参加も歓迎です。

※ トーキングタイム 16:00-16:45 希望者だけ残って、話せます。



**参加費** 500円 当日会場でお支払いください。

**託児** なし \*のびすく仙台(TEL022-726-6181)の有料一時預かりに直接お問合せ下さい。

**申込み** NPO 法人ハーティ仙台事務局 TEL022-274-1885  
当日参加も受けつけています。  
(配布資料は予約の方が優先になります)

**主催・問合せ先**  
NPO 法人ハーティ仙台事務局 TEL022-274-1885  
(月～金 13:30～16:30 第1～4火のみ 18:30～21:00)

