

2023年度

きらきら星の会

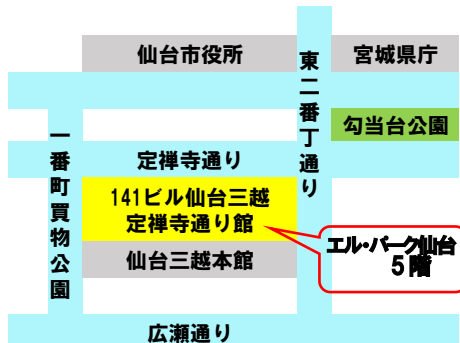
傷ついた女性のための こころのケア



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(NPO法人レジリエンスのプログラム)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下ろして、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。連続講座ではないので、気になる回にご参加ください。

ハーティ仙台

| テーマ | 日程 | 会場 |
|------------------|--------------|--|
| 育った環境・子どもへの暴力の影響 | 4月1日(土) | エル・パーク仙台 5階 4月~11月 セミナー室 12月・1月・3月 創作アトリエ 2月 和室 |
| パートナーシップ | 5月6日(土) | |
| Bさん(加害者)とは | 6月3日(土) | |
| DV・トラウマを理解する | 7月1日(土) | |
| 「世間の枠」とわたしらしさ | 8月5日(土) | |
| 身体的暴力・性暴力 | 9月2日(土) | |
| 精神的暴力・モラルハラスメント | 10月7日(土) | |
| トラウマに対応するツール | 11月11日(土) | |
| 傷つきによる喪失とグリーフ | 12月2日(土) | |
| 境界線 | 2024年1月6日(土) | |
| コミュニケーション | 2月3日(土) | 仙台市青葉区一番町4丁目11-1 |
| 私を大切にする自尊心 | 3月2日(土) | |



時間 13:30~16:00 (開場 13:15)

参加費 500円 当日会場でお支払いください。

申込み NPO法人ハーティ仙台 TEL022-274-1885
受付時間 平日 13:30~16:30
(配布資料は予約の方が優先になります)

託児 なし 「のびすく仙台」の有料一時預かりもあります。
(TEL 022-726-6181)

みやぎ女性のためのメール・チャット相談
(ハーティ仙台メール・チャット相談)

メール相談

24時間受付
5日以内に返信

チャット相談

月・水 18:00-21:30
土 17:30-21:30



新型コロナウイルスの状況により、中止または変更する場合があります。ハーティ仙台のHPをご確認ください。



主催・問合せ先 NPO法人ハーティ仙台 <https://www.hearty-sendai.com/>
TEL022-274-1885 (月~金 13:30~16:30 毎週火 18:30~21:00)

