

2022年度



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

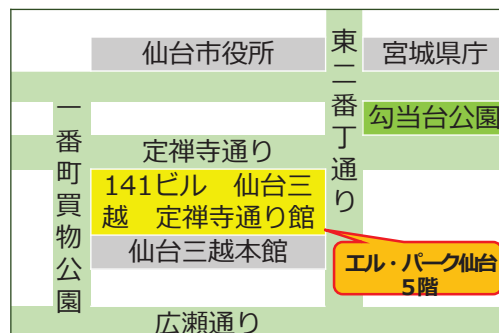
時間:13:30~16:00 (開場 13:15) ※連続講座ではないので、気になる回にご参加ください。

テーマ	日 程	会場:エル・パーク仙台
育った環境・子どもへの暴力の影響	4月2日(土)	 <b>セミナー室</b>
Bさん(加害者)とは	5月7日(土)	
私を大切にする自尊心	6月4日(土)	
DV・トラウマを理解する	7月2日(土)	
「世間の枠」とわたしらしさ	8月6日(土)	
身体的暴力・性暴力	9月3日(土)	
精神的暴力・モラルハラスメント	10月1日(土)	<b>創作アトリエ</b>
トラウマに対応するツール	11月5日(土)	<b>セミナー室</b>
傷つきによる喪失とグリーフ	12月3日(土)	
境界線	2023年1月7日(土)	<b>和室</b>
コミュニケーション	2月4日(土)	
パートナーシップ	3月4日(土)	

**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)



住所: 仙台市青葉区一番町4丁目11-1

新型コロナウィ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 第1~4火のみ18:30~21:00)