



～自己尊重トレーニング～

わたしのいいとこ再発見!

私の未来を私がつくる

★★自己尊重感はあるをありのままに評価し大切に思う気持ちです★★

何をやってもなんとなく自分に自信がない。つい自分を後回しにしてしまう。
グループワークを通して気づかないうちに抑え込んでしまった気持ちを見つめながらこれからの“わたし”を考えてみませんか?

6月29日(土) ワーク1日目

10:00~12:00
自分を知ろう

13:00~15:00
わたしの気持ちを
みつめてみよう

6月30日(日) ワーク2日目

10:00~12:00
わたしの中の
あたりまえを知る

13:00~15:00
わたしを
大切にしよう

日 時◆ 6月29日(土)・30日(日) 10:00 ~ 15:00
 場 所◆ 福岡市男女共同参画推進センター アミカス 研修室 AB
 (福岡市南区高宮3-3-1. 電話, 092-526-3755. 西鉄高宮駅徒歩1分)
 参加対象◆ 女性・・ なるべく全回参加可能な方 *託児はありません
 定 員◆ 20名 (先着順)
 受講費◆ 2日間で2,000円 お申し込み後下記口座にお振り込みください
 郵便振替口座 01760-0-136524 加入者名 NPO 法人 HWC
 *一度お振込み頂いたものは、ご返金できませんのでご了承ください
 申込締切◆ 6月20日(木)
 申込方法◆ 電話・メール・HP



〈申し込み・問い合わせ先〉

特定非営利活動法人
博多ウィメンズカウンセリング
電話 092-210-0058
メール hwc21kouza@yahoo.co.jp

こちらからも
お申込できます ↓

