

～自分を好きになる事から始めよう!～

自己尊重トレーニング講座

「つい、自分の事を後回しにしてしまう」「なんとなく自分に自信がない」気付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、「私」について考えてみませんか。

【コース・日時】

A 境界線を知る (自分も相手も大切に)

7月6日 (金) 10:00～12:00

B 社会の中の私 (自分の生き辛さを考える)

7月7日 (土) 10:00～12:00

C 私のの中のルール (自分に優しくなる)

7月7日 (土) 13:00～15:00

【講師】^{さわらぎ} 榎木 京子 (フェミニストカウンセラーほか)

【受講料】 1コース 1,000円・2コース 1,500円
3コース 2,000円

【定員】各コース10人

【対象】女性

【締切】6月9日 (土) 必着

☆申込方法☆ ホームページまたは、往復ハガキに講座名、住所、氏名、年齢、電話番号、託児の有無を記入し、お申し込みください。尚、窓口での申し込みは、郵便ハガキ1枚持参してください。

〒818-0102 太宰府市白川2番2号

TEL・FAX 092-925-5404 <http://dazaifu-ruminas.jp/>