



傷ついた心のケア講座

DVやモラルハラスメント、パワーハラスメントなどで、傷ついた心を抱えている方。

心身の回復のため、安全な場の中で自分の心と向き合い、自分らしく生きるための一歩を踏み出しましょう。

| 日程 | テーマ | 講師 |
|----------------------------|------------------------|-------------------------------|
| ① 10月26日(火) 10:00~12:00 | コミュニケーション | 西山 さつき さん (NPO法人レジリエンス 代表) |
| ② 11月24日(水) 10:00~12:00 | 精神的暴力・ モラルハラスメント | |
| ③ 12月22日(水) 10:00~12:00 | 傷つきによる喪失とグリーフ (悲しみ) | 宇野 慶子 さん (蒼い空の会 代表) |

*各回とも13:00~14:30、希望の方を対象にピアサポートグループ(定員10名)を実施します。希望者数が多い場合には当日くじ引きで抽選します。話し合いではなく、自分の思いをそっと置いていく会です。講座のお申込みをしてお申し込みください。

*ご希望の回を受講できます。

*飛沫感染予防のため、ワクチンを接種済みでもマスク等を着用してご参加ください。

*お席により、暑い・寒い場合がございます。温度調節しやすい服装でお越しください。

※新型コロナウイルス感染症拡大状況によっては中止・変更になる場合がございます。最新情報はホームページ(裏面にQRコードがあります)をご確認ください。

- 会場 桜木公民館 講座室2(さいたま市大宮区桜木町 1-10-18 シーノ大宮センタープラザ5階)
- 対象 さいたま市在住、在勤、在学の女性
- 定員 20名(先着順)
- 費用 無料
- 託児 なし

*お子さま同伴の受講はできません。

- 申込み 10月5日(火)午前9時から
電話、FAX、またはEメールで、
講座名、参加希望回、氏名、電話番号、
居住区(在勤、在学の場合はその旨記載してください)、
をパートナーシップさいたまへ。

*申込開始日午前9時以降に受け付けたものを有効とします。



◎お申込み・お問合せ先◎

さいたま市男女共同参画推進センター(愛称:パートナーシップさいたま)

電話:048-642-8107 FAX:048-643-5801

Eメール:danjo-kyodo-sankaku@city.saitama.lg.jp



このイベントの開催に要する経費は、144千円です。

↑メールアドレス