

# 心が元気になる勇気づけ勉強会

お母さん、子育てに悩んでいませんか？

子どもを幸せにする近道は、まずお母さんが幸せであること。

勇気づけ勉強会はアドラー心理学を取り入れたワークをしながら

参加者同士でおしゃべりします。そんな時間を過ごす中で、

子育てや幸せを感じられるヒントに、たくさん出会えますよ。

もちろん子育て以外の方も大歓迎。自分を勇気づけることから

始めましょう。毎月1回やっています。どうぞ気楽においでください。

\* 3月の勇気づけワーク・・・『自分のよさを再発見する』

(場合により変更することがあります)

\* 五感ワーク・・・癒しのじかん

(勇気づけワークはヒューマン・ギルドの「ELM」のテキストを使用しています)

\* 日時 3月15日(木) 10:00～12:30

(次回年4月の予定は 17 日(火)です)

\* 場所 中央駅前地域交流館 2号館 活動室

\* 参加費 1000円(資料・お茶菓子代)

\* 申し込み・お問い合わせ先

(北村) 090 2155 6235

[rinko312@pf6.so-net.ne.jp](mailto:rinko312@pf6.so-net.ne.jp)

(伊藤) 090 2762 7798

[tone.colour.444@gmail.com](mailto:tone.colour.444@gmail.com)

印西市登録団体 勇気づけサークルでこぼこピース

\* 印西市市民活動支援センターHP をご覧ください。 <http://inzai-cac.org/>