

参加者募集

こころの病気を知ることであなたも元気になれる

平成24年度

こころの応援団 勉強会ステップ

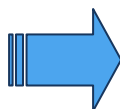


どなたでも、いつからでも 気軽に参加できます。

毎月第3木曜日 午後7時より 沼田市福祉センター3F 相談室にて

(但し、8月10月は4Fホールとなります)

心の病気ってどういうの？
もしかすると、身近な人がそうかもしれない...
どう対応したらいいかわからない...
最近、話題になっているけど...よくわからない。
病気じゃないけど自分も元気になりたい。
全部は行けそうにないけど...それでもいいの？



一緒に考え、
勉強しましょう



	日付	勉強内容	特別講師
1	4月19日(木)	エゴグラムで知らない自分を覗いてみよう。	
2	5月17日(木)	愚痴を聴いてみよう	
3	6月21日(木)	認知行動療法ってご存知ですか？	
4	7月19日(木)	認知症と楽しく付き合う方法	小倉恭子さん
5	8月16日(木)	発達障害「なんで人と違うのかなあ？」	元発達障害センター所長
6	9月20日(木)	東日本大震災の現実 そして、今 被災者の心は...？	
7	10月18日(木)	うつ病と躁うつ病って間違いやすいって知ってますか？	こころの健康センター医師
8	11月15日(木)	怒りのコントロールができたらいいですね	
9	12月20日(木)	言いたい放題懇談会	
10	1月17日(木)	コーチングを使ってあなたも私も元気になろう！ NO1.	阿部みどりさん
11	2月21日(木)	コーチングを使ってあなたも私も元気になろう！ NO2	阿部みどりさん
12	3月	お休みです	

参加費は無料（但しお茶代を各回¥100頂戴いたします）
勉強会の日程・内容・会場は変更する場合がございます。



連絡先 **NPO法人 こころの応援団**
0278-66-0999（千代田）



NPO法人 こころの応援団と一緒に楽しく 心の病について勉強しましょう！