

# 気づきと回復の講座



in 姫路

どんな暴力でもここは傷つきます。  
安全な場で、テーマごとのワークにとりくみ、  
自分の心とからだに起こったことをふりかえり、  
安心できる感覚と、あなたらしさを取り戻す一歩を踏み出しませんか。  
フェミニストカウンセラーがお手伝いをします。

	開催日	テーマ
第1回	2013年 10月12日(土)	DV・トラウマを理解する
第2回	11月 9日(土)	「世間の粹」と私らしさ
第3回	12月14日(土)	身体的暴力・性的暴力
第4回	2014年 1月11日(土)	精神的暴力・モラルハラスメント
第5回	2月 8日(土)	トラウマに対応するツール
からだ編	2月15日(土)	★私らしさを取り戻す★ からだところのセルフケア ～栗岡式ボディーワーク～
第6回	3月 8日(土)	喪失とグリーフ(深い悲しみ)

NPO 法人レジリエンス「こころのケア講座ファシリテーター養成講座」修了者がファシリテーター(進行役)をつとめます。

- 対 象:** DV(夫や恋人からの暴力)などの被害に遭った女性  
**日 時:** 上記参照 14:00~16:00 **会 場:** イーグレひめじ  
**定 員:** 20名(開催最少人数4名)要申し込み・先着順・1回ごとの参加も可  
**参加費:** 1回500円(当日会場でお支払ください)  
**保 育:** 1人1回300円(1歳半~就学前) 講座1週間前までに要予約

## 参加ご希望の方は・・・

⇒9月10日(火)~各開催日の1週間前までに **あいめっせ** まで、  
来館、電話、FAX(裏面申込書をご利用ください)にて必要事項をお送りいただくか、  
**あいめっせ HP** (<http://www.city.himeji.lg.jp/i-messae/>) からお申し込みください。



## 【申込先】姫路市男女共同参画推進センター(あいめっせ)

〒670-0012 姫路市本町68-290 イーグレひめじ3F(最寄:JR 姫路駅・山陽姫路駅)  
TEL:079(287)0803 FAX:079(287)0805

携帯電話からの  
申請はこちらから↑

本講座内容についてのお問合せは、特定非営利活動法人 フェミニストカウンセリング神戸まで。

TEL/FAX:078(360)6211 E-mail:femi-ko@nifty.com

●参加申込書に必要事項を記入の上、9月10日(火)～各回の1週間前までに 来館、電話、FAXまたは  
あいめっせHP申込フォームにてお申し込みください。先着順となります。

(個人情報は、当講座以外の目的に使用することはありません)

●講座や保育をキャンセルされる場合は早めにお知らせください。

●お申し込み先 (あいめっせ)

**FAX : 079-287-0805 / TEL : 079-287-0803**

★ 参 加 申 込 書 ★

申込日：            月            日

「**気づきと回復の講座 in 姫路**」 に申し込みます。

ふりがな  
名前： \_\_\_\_\_

住所： 〒  
\_\_\_\_\_

TEL： \_\_\_\_\_

(申込者自身に直接、連絡がつく方法をお願いします)

保育：            名

お子さんのお名前/年齢 (保育料はお子さんひとりにつき1回300円です)

(            :    歳    ヶ月) (            :    歳    ヶ月) (            :    歳    ヶ月)

参加したい回に○をつけてください。

↓		開催日	テーマ
	第1回	2013年 10月12日(土)	DV・トラウマを理解する
	第2回	11月 9日(土)	「世間の粹」と私らしさ
	第3回	12月14日(土)	身体的暴力・性的暴力
	第4回	2014年 1月11日(土)	精神的暴力・モラルハラスメント
	第5回	2月 8日(土)	トラウマに対応するツール
	からだ編	2月15日(土)	★私らしさを取り戻す★ からだとこころのセルフケア ～栗岡式ボディーワーク～
	第6回	3月 8日(土)	喪失とグリーフ(深い悲しみ)