

参加費
無料



こころのケア講座

女性限定
1回のみ参加OK!

この講座は…

DV・モラルハラスメントなどによる、こころの傷つきを理解し、
自分自身を大切にケアする講座です。
本来持っている自分の力を取り戻し
ゆっくりと回復していきましょう。

自分らしく輝いて
生きていきたい。

自分に
起きていることに
混乱している。

こんな風を感じているあなたへ…

一緒にいるのがつらい。
でもパートナーから
離れられない。

この大きな傷つきを
どう抱えていたら
いいの？

どうしても
自分が悪いと
思ってしまう。

■日程・テーマ

令和5年(2023年)

6/9(金) DV・トラウマを理解する

8/4(金) 境界線～自分を守り人間関係の距離を考える～

10/13(金) 「世間の枠」と私らしさ

12/8(金) 精神的暴力・モラルハラスメント

令和6年(2024年)

1/12(金) 育った環境・子どもへの影響

3/8(金) 傷つきによる喪失と深い悲しみ

～DVによって失ったものへの気づき～

★時間は全ての日程で10:00～12:00です。

★日程・内容が変更になる場合があります。

■対象：DV(夫や恋人からの暴力)などの被害に遭った女性(市内在住)
※精神的暴力を含む

■ところ：参加者の方のみお伝えいたします

■定員：先着5人・1回のみ参加も可

■一時保育：各開催日の7日前(休所日、臨時休所日を除く)の17:00までに要予約



参加ご希望の方は
電話でお申込みください

☎ 072-620-9920

こころのケア講座担当まで

※講座内容の説明をいたしますので
受講前に来館していただける日に
ちをご予約ください。

【主催・お問い合わせ】

 茨木市・茨木市立男女共生センターローズWAM

 次なる
茨木へ。

 SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

