

公益社団法人 埼玉県断酒新生会「第19回埼玉県市民公開セミナー」
埼玉中央断酒新生会「第8回市民公開セミナー in さいたま」

『家族の絆、感情のコントロールで深めましょう！』

日時 令和2年2月23日(日) 13:30~16:30 (開場 13:00)

会場 大宮ソニックシティビル4階 市民ホール403・404

JR大宮駅西口より徒歩10分(さいたま市大宮区桜木町1-7-5)

定員200名(入場無料 / 事前申し込み不要)

内容

講演「感情ストップ」

講師 アスク・ヒューマン・ケア

近藤 京子 氏

酒害体験談

こころの健康センター事業報告



「感情ストップ」の「ストップ」とは「停留所」のこと。

人生というバスの運転をしていると様々な負の感情(焦り、不安、怒りなど)がバスに乗り込んできます。車内が感情で一杯になる前に、停留所(感情ストップ)に一旦停車し、それらを降ろしてあげましょう。ご自身の感情に気づき、整理する術を学びます。



交通のご案内

大宮ソニックシティビル

住所: さいたま市大宮区桜木町1丁目7番5号

TEL: 048-647-4111

駐車場には限りがございます。

公共交通機関のご利用をお願い致します。

主催: (公社)埼玉県断酒新生会 / 埼玉中央断酒新生会

後援: 埼玉県 / さいたま市 / (公社)全日本断酒連盟 / (公社)埼玉県精神保健福祉協会

お問合せ: 埼玉中央断酒新生会(担当: 北) TEL: 090-9142-5103