

NPO法人スローエクスプレス

当事者の会 やまびこ

10月定例会(学習会)のお知らせ

～認知行動療法～

認知行動療法とは、『現実の受け取り方』や『ものの見方』に働きかけて、ストレスを軽くしていくという目的も、ひとつにあります。

日 時 平成30年10月13日(土) 午後2時～4時

場 所 福島市市民会館 6階 604号室
(住所・福島市霞町1-52)

講 師 臨床心理士 中島先生 (裏面参照)

内 容 2時～3時20分 認知行動療法
休憩
3時30分～4時 懇談会

参加費 無料

この活動は、社会福祉法人福島県共同募金会様より、赤い羽根共同募金助成金を受けて行うものです。

助成金の原資は、地域の皆様からの募金です。

～皆様の善意に感謝いたします～

講師 中島先生紹介

臨床心理士

福島臨床心理カウンセリングオフィス勤務

福祉施設、病院、施設相談室等の勤務を経て、

現職に至る。

※認知行動療法は2回行われます。次回は11月10日です。

1回だけの参加でも大丈夫です。

やまびこ会員ではなくても、スローエクスプレス会員のお子さんなら、

どなたでも無料で、ご参加いただけます。