

ふれあいトークとは？

三鷹市提供の市民講座「リカバリーカレッジ」での学びを発信するイベントです。
他人事ではない、メンタルヘルスに関わる人生の様々な課題を、一緒に考えていきましょう。
メンタルヘルスに興味のある方ならどなたでもご参加いただけます。

第1部 自分らしくいられるってどんな時？

心の痛みを抱えている人にメンタルヘルスの事を知ってほしい

ストレス↓↓↓

「正しさ」を求められない

場所なの？ 人との関係性なの？

話の苦手な私の居場所は？

本音で話せる居場所は？

第18回

ふれあいトーク

2月16日(金)14時

私にとっての理想の居場所 ～こんな居場所があったいいな～

第2部 居場所のこと、きいてみよう

居場所？

みんなにきこう

私にとっての理想の居場所って・・・

こんな居場所があったらいいな

リカバリーカレッジは居場所になっているの？

社会生活と私の人生の間(あわい)、線を引けない

令和6年2月16日(金) 午後2時～4時(1時半開場)

定員：当日先着70名

参加費：無料

場所：巣立ち会 サザン

事前申込み：不要

※今年オンライン参加はありません



サザン：三鷹市上連雀1-1-3 (三鷹駅北口徒歩5分)

主催：三鷹市 (三鷹市ピアサポート事業)

企画・運営：社会福祉法人 巣立ち会 & 第18回ふれあいトーク実行委員会

問い合わせ：社会福祉法人 巣立ち会 (大平) tel: 0422-56-8261 e-mail: rc@sudachi-kai.or.jp