



# Resilience™



区民企画講座第2弾

# 自分らしく輝くために

## ～DVのない世界をめざして～

DV（ドメスティックバイオレンス）やトラウマとなる出来事等によって、自分の本来持っている力を見失ってしまうことは誰にでも起こりうることです。どのような逆境に置かれても耐え抜く力、そこから脱する力、マイナスのものをプラスに変えていく力—本来持ち合わせている力を再確認し、よりよい自分を見出して、よりよい人生を歩むための講座です。問題を抱えている人・支援に携わる人にはもちろんのこと、日常的な人間関係や自己啓発にも活かせるエッセンスをたくさん含んだ内容です。

- 第1回 2005年1月21日（金）「DV・トラウマを理解する」
  - 第2回 2005年2月 4日（金）「暴力が与える影響とその対策」
  - 第3回 2005年2月18日（金）「自己発見術☆自分らしく輝くために」
- 時間 すべて午前 10：00～12：00

講 師：中島幸子・西山さつき・秋元由梨（レジリエンス <http://www.resilience.jp>)

募 集：女性のみ 40 名 参加費：無料

\*基本的に3回連続での参加となります。

[応募方法] 電話、または e-mail で

(1)セミナー名(2)住所 (3)氏名(匿名可)(4)年齢 (5)電話/FAX 番号 をお願いします(定員 40 名)。

[保育] 1 歳から未就学児 ひとり 1 回 300 円

ご希望の方は応募の際に

(1)お子さんのお名前(2)年齢(3)FAX 番号 をお願いします  
保育のみ締切りは 1 月 14 日(金)となります

[会場] 大田区大森北4-16-4

大田区立男女平等推進センター「エセナおおた」

JR 大森駅東口より徒歩 8 分

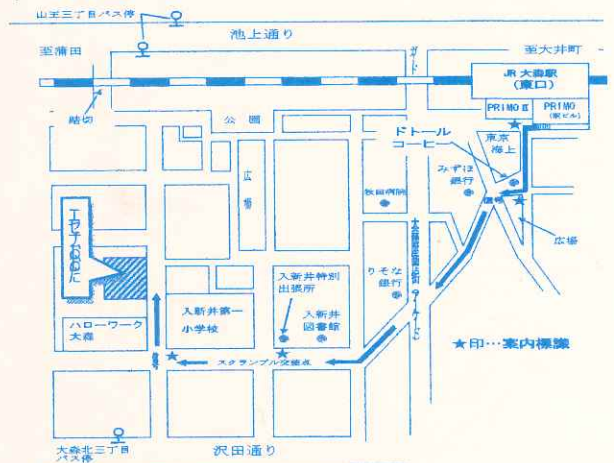
[応募先/問合せ先]

大田区立男女平等推進センター区民自主運営委員会

e-mail: info@escenaota.jp

電話 : 03-3766-4586

FAX : 03-5764-0604



主催：大田区立男女平等推進センター区民自主運営委員会

共催：大田区・レジリエンス

後援：NPO法人男女共同参画おおた

レジリエンス(Resilience)という言葉は、いろいろな形の「力(たとえば回復力・復元力・元気・快活・弾力・反発など)」を意味します。