

働く人のメンタルケア

ココロと向き合う方法

「仕事のストレスでつらい」「最近、何か疲れている・・・どう対応すればいいの？」
ココロの不調からの休職・退職も珍しくない今、職場や家庭でのメンタルケアの重要性が高まっています。このセミナーでは自分のココロを整え、整理する方法を学びます。

7月21日(日)
10:00～12:00

受講料
無料



講師 (株)HUMAN ROOTS
佐々木 史絵さん

エーザイ生化研、SONYエンジニアを経て、全米NLP協会公認トレーナーに至る、ポテンシャル(=人が既に持っている力)を引き出し、輝く自分作りをサポートする心理教育セミナー、企業研修を実施。



対象 16歳以上の方 20人

申込 サンライフ熊本ホームページ
で先着順受付中



会場・問合せ

サンライフ熊本

熊本市中央区黒髪3-3-12

TEL096-345-3511

<http://kumasun.net> サンライフ熊本 検索

