



モヤモヤしている
自分の気持ちが
少し落ち着きます

自分の考え方の特徴
が、話すことで見え
てきます。

人の話をきき、共感したり、考
えの違いを感じたり、コミュニ
ケーション力も自然に身につい
てくるワークショップです

“オアシスステーションワークショップ”のご案内

- 日程 11月16日・12月21日（望年会の日）
・2020年 1月18日・2月15日・3月28日（土）
- 時間 2時間 13:30~15:30（受付13:00）
- 場所 平和ビル2階（中央区大手門1-1-1-）
- お友達に声掛けされて、ご一緒に参加しませんか？
皆様の参加をお待ちしています。



今年一年間元気に
過ごすことが出来ま



ストレスと上手につき合おう

ハートフルえる健康講座開催

- 糸島市地域振興課こらぼ主催
- 9月7日（土）13:30~15:30
- 10月12日（土）13:30~15:30
- 2日間約50名の市民が参加され、実技も取り入れながらストレス対処法を身につけられました。



令和初！糸島 ボランティアフェアー 出店予定

- 令和2年3月8日（日）
10時~15時30分
- 場所・ 糸島あごら
（今年3月アロマの体験会）



2019・望年会のご案内

した。その自分へご褒
美を上げませんか？

- 12月21日（土）
- 11時30分~
14時30分位
- まねきねこ（中州）
（カラオケクラブ）
- 申し込みは ☎・・・
- 会費：割り勘
- 食事持ち込みOK

発行：NPO法人ハートスターション

ホームページ :HP:<http://heartstation-npo.org/>

■ ハートスターションフェイスブック

連絡先・福岡市城南区片江5-1-45-401 ・糸島市篠原東1-13-10-102

☎:080-9106-5106

■ メールアドレス eki.heartstation@gmail.com