

安心して話せる、学べる居場所

再出発をする人たちの 支援するための交流会

再出発をめざすあなたへ

安心できる場所で、もう一度、人生を歩みはじめませんか？

過去に起こしてしまったことを繰り返さないために、
まずは、安心して自分と向き合える場所をつくりませんか？

この交流会では、同じような経験を持つ仲間や支援スタッフと対話しながら、
あなたの「こころ・からだ・つながり」が整っていくプロセスを大切にします。

また、自分の気持ちを理解し、言葉にできる力を育むグループワークも実施します。
生きづらさや不安を抱える方にこそ届けたい、「自分らしく生きる」ためのヒントがここに 있습니다。

まずは一歩。

話を聞くだけでもかまいません。

あなたの再出発に、寄り添う仲間がここにいます。

対象者

犯罪や非行など経験を持ち、立ち直りに関心のある方
(薬物事犯を除く)
兵庫県や近隣府県にお住まいの方

日程

第2日曜日 / 10:00~12:00

- 第1回: 9月14日(日)
- 第2回: 10月12日(日)
- 第3回: 11月9日(日)
- 第4回: 12月14日(日)
- 第5回: 1月11日(日)

※申込締切日は各開催の1週間前です。

開催場所

神戸市内会場

※参加者にのみご案内いたします

内容

- 第1回: 信頼関係の構築とグラウンドルール設定
- 第2回: 苦しい時の対処法と感情整理ワーク
- 第3回: 再出発に関する支援制度の紹介
(就労、住宅、福祉など)
- 第4回: 語り合いの場「今の自分・これからの自分」
- 第5回: 未来への宣言とリフレクション

大切にしていること

- 話してもいいし、話さなくても大丈夫
- どんな気持ちも、否定されません
- 守秘義務のある安心できる場所です

参加費など

無料 / 各回定員10名

お問い合わせ
申し込み

右記QRコードからお申し込みフォームに入力または、電話でお申し込みください。

Tel **0745-24-2050** (受付: 月~金 10時から17時まで)

一般社団法人エモーショナルリテラシーセンター



申し込みフォーム