



ていーふぉーみー

～あなたを大切にするプチワーク～

はなしてはなす -話して離す- 時間がここにありますが

ほっとして気持ちを大切に出来る場所

ふ、と立ちどまってみませんか・・・

・・・何をはなしても大丈夫

はなさなくても大丈夫 そこにいるだけでいい時間・・・

“からだ感覚”と”呼吸”、”今ここ”への気づき・・・

——“わたし自身のための一杯”・・・

“ていーふぉーみー” は家族相談士等を中心に
コミュニティによりそう活動をしています

(内容の秘密は守られます)

☆日時 2月23日(火) 10:20-11:50

申込は 2月22日まで

☆場所 仙台市富沢市民センター「和室1」
(太白区富沢南1丁目18-10)

託児は10時より
受付開始です

♪費用 500円/1回(託児料金別途)

託児は事前打ち合わせをいたします

♪託児 3日前まで申込(200円/人)

080-8205-2143 までご連絡ください

♪主催・申込・問合せ ていーふぉーみー事務局 青葉区本町3-5-22-6F ファミリーホール内

teaforme[j]@yahoo.co.jp

(Jジェイをつけるのを忘れなく)

(Jジェイ)