

気持ちがスーッと楽になる

メンタルデトックス (心の解毒) で ストレス社会を生きぬく

無料託見
あります



〈コンサルタント界のカリスマ〉 講師：田原裕子さん

株式会社ベーシック代表取締役・営業戦略コンサルタント・メンタルサポートコンサルタント。広島県出身。関西学院大学卒業後、外資系人材派遣会社トレーナー、住宅経営コンサルタントを経て、1998年株式会社ベーシックを設立。企業経営や人材育成、メンタルサポートなどのコンサルティングを手がける。著書に「がんばりやのあなたをラクにするメンタルデトックス」(実業之日本社)「仕事で愛されて成功する方程式」(幻冬舎)等メンタルデトックスは、プレジデント・朝日新聞・日刊ゲンダイにも紹介されました。

生活も仕事も充実した生活を送るためにはメンタル面のケアはかせません。ストレスを上手に仕分けして、無理せず働き続けるにはどうすればいいのでしょうか？

カリスマ・コンサルタントの講師が実体験をもとに編み出した、

STEP1：ストレスの「現状の把握」 STEP2：ストレスの「原因の分析」

STEP3：ストレスの原因となっている「問題を解決」

という3つのステップで、誰でもできるメンタルデトックス (心の解毒) メソッドをご紹介します。

【日 時】平成22(2010)年10月24日(日)13:00～15:00

【場 所】エソール広島2階会議室
(広島市中区富士見町11-6)

【参加費】500円※当日お支払いください

【対 象】どなたでも

【申込方法】電話・FAXまたはEメールでお申込みください

※FAXでお申し込みの場合は、このチラシの裏面をご利用ください

※Eメールでお申し込みの場合は、件名に「10月24日講演会」と記入してください

【託 見】無料 (1歳から就学前まで・1週間前までにお申込みください)

○●○ 主催・問合せ・申込み先 ○●○

財団法人広島県女性会議

〒730-0043 広島市中区富士見町11-6

TEL 082-242-5262 FAX 082-240-5441

Eメール essor@essor.or.jp

ホームページアドレス <http://www.essor.or.jp>

休業日 毎週水曜日・祝日・第3日曜日

☆★財団法人広島県女性会議とは……

広島県女性総合センター(エソール広島)を管理運営し、男女共同参画社会の実現をめざして、「情報・研修・相談・交流・チャレンジ支援」の5部門を柱とする事業を行っています。

