もっと身近にメンタルサポート
Peer Heart Communication
ピア ハート コミュニケーション

ぴあはあと通信

ココロとコミュニケーションの
ワークショップとセラピー

ほぼ季刊
2014 年
キラキラ☆秋号 Vol. 6

p1 ほっとニュース
p2 ナビゲーター紹介
p3 お申し込み受付中の講座
p4 メニュー。アクセス。

イベントのお知らせ！

今年も開催します！

第3回 PHCフェスタ

11月30日（日）
10:30 ～ 16:30

この機会にぜひ
癒しのセラピーを体験して
みてください♪

中区活動団体補助金対象事業

場所：横浜市市民活動支援センター 4 階

参加費無料
材料費のみ

アロマハンドセラピー
日ごろの心の疲れを癒しましょう。
※事前予約制 10 名様

カラータイプ診断
ご自身の再発見＆より良いコミュニケーション
へのヒントをお伝えします。 300 円

香りでメンタルトレーニング
香りは脳に働きかけ心を癒します。
香りのグッズを作ってみませんか。
500 ～ 1,200 円

クレイセラピー
無邪気にねんどコネコネ。右脳と左脳を動かして
今のあなたを感じてください。 300 円

プチピンク診断
あなたにお似合いのピンク色を診断します。
プチメイクもいたします。 300 円

コミュニケーションパターンチェック
会話のパターンを知って
前向きな関係を意識してみましょう。

ぬりえセラピー
色は心の言葉…ぬりえで
こころのデトックス。 200 円

フラワーエッセンス
ストレスがたまった辛い気持ちに
心の癒しを体験してみましょう。
500 円

はがきコラージュ
はがきにご自分の心の中を
貼り付けてみましょう。 100 円