

プレゼント
特典付き

体験講座ご受講の全員に カウンセリング20%OFF券プレゼント！

★カウンセリング2時間コースの場合 3600円分の割引となります★

(※このチラシは割引券ではありません)

★個別のご相談・カウンセリングは、カウンセリングルーム[アヴニール]へご予約ください。

ワンコインで **¥500** 心理学体験講座！！

6/12
水曜

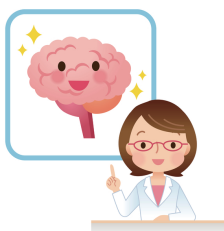
『心理カウンセラーが教える 使える心理学』

【第6回】 **脳と心のリフレッシュ**



～「脳活」で見つける生きるヒント～

なんとなくやる気が沸かない。楽しくない。
モチベーションがダウンしている。モヤモヤしている。
長い連休の後などは、気分が晴れない人も多いかもかもしれません。



こんな時期にこそ、
脳と心をリフレッシュする「ストレス対処法」を学びませんか？
「脳」と「心」はとても親密な関係です。
脳を活性化することは、頭の回転の早さだけでなく
思考や心に余裕が生まれ、とても良い影響や変化をもたらします。

楽しい心理学のワークと脳のトレーニングで、心と脳をリフレッシュ。
ストレスの軽減と、あなたらしい生き方のヒントを見つけてみませんか？

【日 時】 2019年6月12日（水）
19：00～21：00（入室は18：40から出来ます）
人形町区民館 3号室 洋室

【受講料】 500円（税込）

【定 員】 8人 ※お申込み先着順とさせていただきます。

【講 師】

カウンセリングルーム[アヴニール]

プロフェッショナル心理カウンセラー 武田宜子（タケダヨシコ）

（一般社団法人全国心理業連合会 認定資格）



お申し込みは カウンセリングルーム [アヴニール] まで TEL 03-6661-7007

FAX 送付先 03-6661-7008

受講日	6 / 1 2 (水)	『心理カウンセラーが教える 使える心理学』 第6回 脳と心のリフレッシュ ～「脳活」で見つける生きるヒント～
(フリガナ) お名前		
年齢	20代・30代・40代・50代・60代・70代以上	
電話番号		
メールアドレス		

確認用のメールを返信させていただきます。PCからのメールを受取り可能なご連絡先をお知らせください。



avenir@alexgroup.com

メールでお申し込みの場合は
受講希望日、お名前、年齢、電話番号、メールアドレスを
ご記入のうえ、ご連絡下さい。

★受講料は当日お支払いください。

今後の講座 (開催予告)

開催順と内容は
変更の可能性があります。
詳細はHPまたはFBで
ご確認ください。

「あなたにぴったりの仕事を見極める」レシピ
「イキイキ生活・幸せを目指す」レシピ
「悲しみを和らげる」レシピ
「3日坊主を卒業する」レシピ

◆ カウンセリングのご予約は

✉ avenir@alexgroup.com



カウンセリングルーム
アヴニール

Counseling Room
Avenir®



<http://www.alexgroup.com/avenir/>

〒103-0006
東京都中央区日本橋富沢町10-20 ドルチェ人形町スイート1102号
TEL 03-6661-7007 FAX 03-6661-7008