

職場における メンタルヘルス

OSIストレステストを使って、ストレスの原因を探ってみませんか？

どのような場面においてストレスを感じやすいのか自己理解を深めて対処術を見つけましょう。

セミナー終了後、ゲスト講演による「色が与えるイメージ・ファッションコーディネート」のお話を予定しています。着こなしのポイント掴んでいきましょう。

【日時】11月11日(土)

13:00 ~ 14:00 **メンタルヘルス**

14:00 ~ 15:30 **講師【アサミさん】**

色が心に与える影響

ファッションコーディネート

【場所】サンライフ久留米2F 第一会議室

【要予約】0942-30-0087 筑後若者サポートステーション
久留米市諏訪野町 2363-9

※定着・ステップアップ事業(就職卒業者対象)