

プリズムフェスタ2010 ～輝け私！笑顔になれる4日間～

【日時】 2010年11月17日(水)～20日(土) 10:00～16:00
 【場所】 市民活動センター ※20日(土)は13:00まで

【毎日開催】 *フリーマーケット
 *キラキラウーマンズストーリー「1歩踏み出した私たち」パネル展示
 *展示即売「こどもの暮らしに寄り添ったおもちゃと道具いろいろ」
 *キッズスペースあり(読み聞かせタイムあります。各回15分程度。)
 *市民活動センターにお越しいただいた方に抽選でプレゼントが当たる!

【17日(水)】						【18日(木)】					
10	11	12	13	14	15	10	11	12	13	14	15
■10:30～11:30 起業家ママたちの パネルディスカッション			■13:00～14:00 食事がつくる身体と心			■10:00～10:40 幸せなスピリチュアル 運氣アップの巻			■14:00～15:00 子どもが「食べる」を 知るとのこと		
占い⇒12:00～16:00			占い⇒11:00～16:00			占い⇒11:00～16:00			占い⇒11:00～16:00		
ハンドリフレ⇒			13:00～16:00			10:00～16:00			10:00～16:00		
読み聞かせタイム⇒			■			■			■		

【19日(金)】						【20日(土)】 ※市民活動センターは13:00まで。					
10	11	12	13	14	15	10	11	12	13	14	15
■10:00～10:50 ベビーwithヨガ (2F)			■13:00～13:40 幸せなスピリチュアル 見えない世界の巻			■10:00～13:00			★働くママと これから働くママの ワールドカフェ (中央公民館)		
■11:00～12:00 食事がつくる身体と心			占い⇒14:00～16:00			占い⇒14:00～16:00			占い⇒14:00～16:00		
マッサージ⇒			14:00～16:00			14:00～16:00			14:00～16:00		
読み聞かせタイム⇒			■			■			■		

【無料セミナー&ワークショップ】

- ***起業家ママたちのパネルディスカッション**
～ 想いをカタチにした仕事とその生活～
浦安市内に住んでいる子育て真っ最中のママ3人が本音を語ります!
自分らしい子育てをしながら等身大でできることを実現しているママたち。
1歩踏み出すヒントや子育てのコツが見つかるかも。質問タイムあります。
- ***食事がつくる身体と心**
お母さんが作る毎日の食事が、家族の身体を作り心を穏やかにさせます。
ただとそんなに難しい事ではありません。まずは玄米から始めてみませんか?
玄米の持っているパワーを紹介します。
- ***子どもが「食べる」を知るとのこと**
食事が始まったばかりの子どもにどんなことを伝えればいいのでしょうか。
食べることは生きること。大切なことがここにあります。

- ***幸せなスピリチュアル**
「運氣アップの巻」
お金をかけずとも運氣があがるコツ。
「見えない世界の巻」
目には見えない世界があります。
少しだけ気付いて・・・
- ***ベビーwithヨガ**
赤ちゃんとのスキンシップを深めながら
産後の体型回復をしリフレッシュしましょう。
(首座りから立っちまでのお子さまとママ)
- ***働くママとこれから働くママのワールドカフェ**
ママが働くってどういうこと?
ワールドカフェという場でワタシを語りませんか。

【ワンコイン体験】各500円

- ※当日予約受付
- ***占い** (20分)
- ***うっとりハンドリフレ** (10分)
こちょよい香りのアロマオイルとハンドリフレ。
お好きな香りを選んでいただけます。
- ***首・肩のマッサージ** (15分)
キレイになれるアロママッサージです。
リンパまで流すので首肩もすっきり。

※中央公民館
 ※事前申込が必要です。
 ※詳細は別紙参照。

