

WRAP (ウェルネス・リカバリー・アクション・プラン)

へのお誘い



棕櫚亭 I・なびい合同で、来る 12 月 1 日(木)に一日かけて WRAP(ラップ)の研修会を行います。ラップはアメリカで開発された当事者の方々によるリカバリープランです。当日は、ラップ・ファシリテーターの増川ねてるさんを講師としてお呼びします。

日時：平成 23 年 12 月 1 日 (木) 10:30~14:30 (予定)

場所：富士見台地域防災センター (予定)

参加費：500 円

講師：増川“ねてる” 信浩氏 (WRAP ファシリテーター)



以下は、ラップ研修会に参加した経験がある、棕櫚亭 I・なびい利用者である櫻井博さんからのメッセージです。

～ WRAP (ラップ) で生活改善をしてみませんか?～

一日中家にいる人、寝ていることが多い人、生活の工夫を話し合っって一歩前進してみませんか? WRAP (ラップ) とはウェルネス・リカバリー・アクション・プランの略で、日本語では「元氣回復行動プラン」と訳します。少人数のグループに別れて、和気あいあいと話し合いをしながら、「自分はこんなことをして元気がなった!」「こんな風に病気と付き合っている。」など、日々の生活の工夫・知恵を交換しあいます。自分の体験をもとにした話し合いですので、初めての人も参加しやすいです。話しをしたり、聞いたりして楽しい一日を過ごしませんか? 講師は、ラップでは有名なファシリテーターの増川ねてるさんをお呼びします。増川ワールドを体験してみてください。

皆さんの参加をお待ちしています!!

(櫻井 博)



【参加ご希望の方はこちらまで】

地域活動支援センターなびい TEL042-571-3103

(担当：小林・砂金 (いさご) まで)

